



*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W1KG15265	<b>ImageGroup:</b>	I1KG15293
<b>LCCN:</b>	94901271	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	ལྷང་གཙོན། (དུས་དེབ། ) ljang gzhon/ (dus deb/)
<b>Author:</b>	n/a
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	dharmsala, h.p.
<b>Publisher:</b>	ljang gzhon rtsom rig tshogs chung /
<b>Date:</b>	1990-1997
<b>Volume:</b>	9
<b>Total Volumes:</b>	9
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 9/2013







25/1/98

1945

Study record

2019-2020-2021-2022-2023-2024-2025-2026-2027-2028-2029-2030-2031-2032-2033-2034-2035-2036-2037-2038-2039-2040-2041-2042-2043-2044-2045-2046-2047-2048-2049-2050-2051-2052-2053-2054-2055-2056-2057-2058-2059-2060-2061-2062-2063-2064-2065-2066-2067-2068-2069-2070-2071-2072-2073-2074-2075-2076-2077-2078-2079-2080-2081-2082-2083-2084-2085-2086-2087-2088-2089-2090-2091-2092-2093-2094-2095-2096-2097-2098-2099-2100-2101-2102-2103-2104-2105-2106-2107-2108-2109-2110-2111-2112-2113-2114-2115-2116-2117-2118-2119-2120-2121-2122-2123-2124-2125-2126-2127-2128-2129-2130-2131-2132-2133-2134-2135-2136-2137-2138-2139-2140-2141-2142-2143-2144-2145-2146-2147-2148-2149-2150-2151-2152-2153-2154-2155-2156-2157-2158-2159-2160-2161-2162-2163-2164-2165-2166-2167-2168-2169-2170-2171-2172-2173-2174-2175-2176-2177-2178-2179-2180-2181-2182-2183-2184-2185-2186-2187-2188-2189-2190-2191-2192-2193-2194-2195-2196-2197-2198-2199-2200-2201-2202-2203-2204-2205-2206-2207-2208-2209-2210-2211-2212-2213-2214-2215-2216-2217-2218-2219-2220-2221-2222-2223-2224-2225-2226-2227-2228-2229-2230-2231-2232-2233-2234-2235-2236-2237-2238-2239-2240-2241-2242-2243-2244-2245-2246-2247-2248-2249-2250-2251-2252-2253-2254-2255-2256-2257-2258-2259-2260-2261-2262-2263-2264-2265-2266-2267-2268-2269-2270-2271-2272-2273-2274-2275-2276-2277-2278-2279-2280-2281-2282-2283-2284-2285-2286-2287-2288-2289-2290-2291-2292-2293-2294-2295-2296-2297-2298-2299-2300-2301-2302-2303-2304-2305-2306-2307-2308-2309-2310-2311-2312-2313-2314-2315-2316-2317-2318-2319-2320-2321-2322-2323-2324-2325-2326-2327-2328-2329-2330-2331-2332-2333-2334-2335-2336-2337-2338-2339-2340-2341-2342-2343-2344-2345-2346-2347-2348-2349-2350-2351-2352-2353-2354-2355-2356-2357-2358-2359-2360-2361-2362-2363-2364-2365-2366-2367-2368-2369-2370-2371-2372-2373-2374-2375-2376-2377-2378-2379-2380-2381-2382-2383-2384-2385-2386-2387-2388-2389-2390-2391-2392-2393-2394-2395-2396-2397-2398-2399-2400-2401-2402-2403-2404-2405-2406-2407-2408-2409-2410-2411-2412-2413-2414-2415-2416-2417-2418-2419-2420-2421-2422-2423-2424-2425-2426-2427-2428-2429-2430-2431-2432-2433-2434-2435-2436-2437-2438-2439-2440-2441-2442-2443-2444-2445-2446-2447-2448-2449-2450-2451-2452-2453-2454-2455-2456-2457-2458-2459-2460-2461-2462-2463-2464-2465-2466-2467-2468-2469-2470-2471-2472-2473-2474-2475-2476-2477-2478-2479-2480-2481-2482-2483-2484-2485-2486-2487-2488-2489-2490-2491-2492-2493-2494-2495-2496-2497-2498-2499-2500-2501-2502-2503-2504-2505-2506-2507-2508-2509-2510-2511-2512-2513-2514-2515-2516-2517-2518-2519-2520-2521-2522-2523-2524-2525-2526-2527-2528-2529-2530-2531-2532-2533-2534-2535-2536-2537-2538-2539-2540-2541-2542-2543-2544-2545-2546-2547-2548-2549-2550-2551-2552-2553-2554-2555-2556-2557-2558-2559-2560-2561-2562-2563-2564-2565-2566-2567-2568-2569-2570-2571-2572-2573-2574-2575-2576-2577-2578-2579-2580-2581-2582-2583-2584-2585-2586-2587-2588-2589-2590-2591-2592-2593-2594-2595-2596-2597-2598-2599-2600-2601-2602-2603-2604-2605-2606-2607-2608-2609-2610-2611-2612-2613-2614-2615-2616-2617-2618-2619-2620-2621-2622-2623-2624-2625-2626-2627-2628-2629-2630-2631-2632-2633-2634-2635-2636-2637-2638-2639-2640-2641-2642-2643-2644-2645-2646-2647-2648-2649-2650-2651-2652-2653-2654-2655-2656-2657-2658-2659-2660-2661-2662-2663-2664-2665-2666-2667-2668-2669-2670-2671-2672-2673-2674-2675-2676-2677-2678-2679-2680-2681-2682-2683-2684-2685-2686-2687-2688-2689-2690-2691-2692-2693-2694-2695-2696-2697-2698-2699-2700-2701-2702-2703-2704-2705-2706-2707-2708-2709-2710-2711-2712-2713-2714-2715-2716-2717-2718-2719-2720-2721-2722-2723-2724-2725-2726-2727-2728-2729-2730-2731-2732-2733-2734-2735-2736-2737-2738-2739-2740-2741-2742-2743-2744-2745-2746-2747-2748-2749-2750-2751-2752-2753-2754-2755-2756-2757-2758-2759-2760-2761-2762-2763-2764-2765-2766-2767-2768-2769-2770-2771-2772-2773-2774-2775-2776-2777-2778-2779-2780-2781-2782-2783-2784-2785-2786-2787-2788-2789-2790-2791-2792-2793-2794-2795-2796-2797-2798-2799-2800-2801-2802-2803-2804-2805-2806-2807-2808-2809-2810-2811-2812-2813-2814-2815-2816-2817-2818-2819-2820-2821-2822-2823-2824-2825-2826-2827-2828-2829-2830-2831-2832-2833-2834-2835-2836-2837

གངས་འཁོར་མཐོན་པོར་ཕུལ་བའི་ཁ་བདགས།

ཕྱི་མེད་པའི་གནམ་

॥ दया शैल ॥

པོད་ཀྱི་མི་མང་ལ་ལུས་པའི་ཁྱིམ་ཡིག་པོད་མང་པོ་པོ་

བཅད་དག་ལམ་ལ་སློབ་ལྟན་ལྟུག་པར་སྒྲུབ་ཏུ་དཔྱད་དཔྱད་མ་

उ.स. १५५५. १५५५. १५५५. १५५५. १५५५.





ସୁମନ୍ତ



ଆପଣଙ୍କର ସ୍ୱାଗତା

# ཙོ་མ་ལྷིག་ཚོགས་ཚུང་།

བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་། བད་མ་འབྲུམ། དཔལ་ལྷན་གྱིས།

དོ་རྩེ་ཚེ་བཏན། བྲག་མཐོན་བྱམས་པ་གྱིས་མཆན།

---

ཙོ་མ་ལྷིག་པ།

བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་།

མདུན་ཤོག་དང་པར་ངོས་རྩས་འགོད་པ། མགོ་ལྷག་གླིང་། (ATELIER GOLOK)

ཨ་ཁྱེས་མ་ཆེན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ནས་པར་འགྲེམས་ཞུས།

---

Jang-zhon is published by Amnye Machen Institute  
McLeod Ganj 176 219, Dharamsala (H.P.), India

Copyright © 1997 by Amnye Machen Institute

Printed in India





གྲིས་ལྷེར་བཀོས་བཟོའི་སྐྱ་ཙལ་བུད་དཀར་བཞད། 60

གོ་ལའི་གྲ་བྱར་གྱི་ཐུན་ནག་  
ཐེ་རི་འཛིགས་མེད་དབང་རྒྱལ། 65

དག་འདུན་ཚོས་འཕེལ།  
ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ། 82

ཁ་བ་བྱ་ཡུག་ནང་འཚོ་བའི་གངས་ཁྲོད་གྱི་གྲ་ཆུང་།  
བསྐྱན་འཛིན་དབང་མོ། 87

སྤྲིང་གསོན་པོ།  
ཐེ་བ་གོང་དཔལ་བཟང་། 89

སྤན་ངག་དམར་པོ།  
འདབ་བྱག་ 91

# གངས་རིའི་མགོན་པོར་སྐུལ་བའི་ ཁ་བདགས།

གངས་འཛུལ།

ཀ་དག་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་དབྱིངས་ཤིག་ན།  
ཁ་བའི་ཡང་ཚོ་བཞད་པའི་སྤྲན་ལྗོངས་སུ།  
ག་ལེར་ཐུགས་རྗེས་སྐུལ་བའི་ཉི་གཞོན་ཞིག  
ང་ཚོའི་མགོན་དུ་བྱོན་པ་ཨེ་མ་ཏོ།

ཅ་ནའི་ཡོལ་གོ་འཛིན་པའི་སྐྱེ་འགྲོ་ཀུན།  
ཆ་ལུགས་དབྱར་ཁའི་མེ་ཏོག་རྗེས་འགྲོ་ཡང་།  
ང་ཐུན་རེར་ཡང་མ་བཙོས་སེམས་ཀྱི་གཤིས།  
ཉ་གང་ཟླ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཐུགས་སུ་ཤོར།

ཏ་སྒྲ་ག་ཏའི་མདོ་རྒྱད་དགོངས་འགྲེལ་དང་།  
ཐ་སྤྲ་རིག་པའི་གནས་ཀྱན་བྱང་རྒྱུ་ནས།  
ད་ལྟའི་ཤེས་བྱའི་ཁྱོན་ལ་དབང་བསྐྱར་ཏེ།  
ན་རྒྱུད་ཉིད་ནས་མཁས་པའི་ཡང་རྩེར་སོན།

བ་སངས་མདངས་འཕྲོག་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་སྲོལ།  
 བ་རོལ་རྒྱ་མཚའི་མཐར་ཡང་གསར་སྤེལ་མཐུས།  
 བ་མིན་ཀང་གཉིས་མི་ཡི་འཇིག་རྟེན་འདི།  
 མ་མས་བྱ་བཞིན་བསྐྱངས་པའི་དྲིན་དེ་ལྟེ།

ཅ་ཏུར་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་བོན་དང་བཅས།  
 ཚ་གྲང་འགལ་ལྟར་མིན་པའི་རྩལ་གཟེགས་ནས།  
 རྩ་ལ་རྒྱལ་བའི་ཆོས་དཀར་རིས་མེད་དུ།  
 ལྷ་ལེར་སྦྱང་མཁས་བྱེད་འདྲ་རེ་རེ་ཅས།

ཞ་ལུ་ཐུ་གའི་ཚལ་ན་དཔག་བསམ་ལས།  
 ཟ་མ་གོས་སོགས་ལྷ་ཡིས་ལོངས་སྤྱོད་བཞིན།  
 འ་ཅག་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེའི།  
 ཡ་མཚན་བཀའ་སློབ་བསམ་པའི་འཆོ་བར་ལོངས།

ར་བ་གངས་རིས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི།  
 ལ་ལུང་གཞན་ན་མེད་པའི་ཉ་སྐྱབས་མགོན་མཆོག།  
 མ་ཐག་གཅིག་གྱུར་ཆོལ་གསུམ་བོད་ལྗོངས་དང་།  
 ས་གསུམ་མངོན་དུ་བསྐྱལ་བརྒྱར་ཞབས་བརྟན་གསོལ།

ཉ་ལས་བསྟན་སྲིད་ཉི་ཟླའི་འོད་སྟོང་བཟ།

ཉ་ཉ་ཚན་རིག་རིག་གཞུང་བྱང་འབྲེལ་གྱིས།

ཨ་ཉི་རང་དབང་རྫོགས་ལྡན་གས་བས་བདེ།

ཨ་ཙི་ནམ་མཁའ་གང་བའི་བྲ་གྱིས་ལེགས།

# བསྐྱབ་བྱ་ཀ་བཤད་དུ་སྒྲེལ་བ།

ཏེ་ཏོར་གདོང་ཐོག་བསྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན།

ཀ་ཁ་ནས་བརྩམས་བསྐྱབ་བྱར་འབད། ཁ་བ་ཅན་ནམ་ས་ཆ་གཞན། ཀ་  
པར་གནས་ཀྱང་ཡང་དག་ལས། འ་རྒྱལ་སྤངས་ལ་དྲག་པར་བྱ། ར་ག་མང་  
བསགས་པན་པ་བྲལ། ལ་ལག་ཆང་ཙམ་ལ་གནས་དང་། ཤ་ཆང་བཟའ་  
བཅའ་མཐར་མ་ཟག། ཉ་གང་ཆེ་ལྟར་བསམ་དཀར་བྱ། ཏ་ལྷ་ག་ཏར་དད་པ་  
བདྲན། ཐ་མལ་པ་ལས་བསྐྱབ་བྱ་སྤང་། འ་ལྷ་ལས་ལྷག་པན་ཆད་བསམ།  
ར་རྟ་གནས་ངན་རྣམས་བྲན་བྱ། པ་ན་བསགས་ན་མནལ་དང་བྲལ། པ་  
མར་བརྟམ་ན་རང་རང་བརྟག། པ་ལྟར་ཉལ་ན་དམན་པར་ཆགས། མ་རབས་  
ལས་རྣམས་སྤང་བར་བྱ། ར་ན་ཀས་བྱས་གདམས་པར་བལྟ། ལ་གྲང་བྱད་  
བསད་དམངས་པལ་བསྐྱང་། ཤ་ལང་སྤངས་ལ་བསམ་དང་ལས། ཐ་ཞྭ་གྲ་  
བཟང་ལྟར་འཇམ་བྱ། ཉ་དང་ཀང་ལག་ཆག་པ་དང་། ཐ་མ་མཆོན་བྲལ་ཉམ་  
ང་རྣམས། འ་ཅག་རྣམས་ལ་མར་བྱས་པས། ཡ་ང་གནས་ལས་བསྐྱལ་བར་  
བྱ། ར་མདའ་མཛད་རན་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས། ལ་རྒྱབ་གངས་ཅན་རྒྱལ་ཁབ་ན།  
ཤ་ཟ་རྒྱ་དམར་བཙན་དབང་ཅན། ས་མཆོམས་བཞུལ་ནས་གཙང་འབྲུག་བྱ།  
ཏ་ཅང་བྲང་བདྲན་གངས་ཅན་པ། ཐ་ཉ་མཐའ་མར་དབྱ་ལས་རྒྱལ། ཀ་  
བཤད་དབྱངས་བྲལ་བྱ་དཀར་རྒྱན། འ་སྐྱན་རྒྱན་བྲན་དབང་ལས་བབས་

ལགས། །ཉལ་ས་བཟང་སྟན་མ་ལྟན་ཡང་། །ཨ་མཚར་ཁ་དང་ལག་པ་ཐལ།

།ནམ་དཀར་གང་བྱས་མ་གྲན་ནམས། །གནས་ངན་ལས་ཐར་འཚང་བྱ་སྟེ།

རྩོད་བྱེད་གསལ་བྱེད་དབྱངས་བྲལ་བྱ་དཀའི་ངག །བརྩོད་བྱ་ལྟ་ཚས་  
མི་ཚས་མདོར་བསྟུས་གདམ། གཤོང་ས་ཆེན་པོའི་བཀའ་འབངས་ཐ་ཤལ་བ།  
དེ་ཉར་གདོང་ཐོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། །རབ་རྒྱལ་ཞི་བ་སྤྲིན་ལྷའི་  
ཆེས་གཅིག་ལ། །བྲོང་བྲེར་ཆེན་པོ་ལྷེ་ལི་གསར་པར་བྲིས། །བོད་མིའི་རང་  
དབང་གསར་ཤོག་ཐོག་ཏུ་སྒྲེལ། །འབྲུལ་ན་བཟོད་གསོལ་དག་ན་དབྱེས་པར་  
མཛོད། བཟུ་ཤིས།

---

ཚུམ་བྲིས་སྤྱི་ཚོགས་ཕྱོགས་བསྟུས་ཁུངས་གཞིན་ནུའི་ཆུན་པོ།

ལྷེ་ལི་གསར་པ། ༡༩༧༧ ཤོག་གངས། ༣༩-༩༠ ཟུར་དུ་བྲུང་བཞེ།

ཚུམ་བྲིས་པས་མཆན།

# ལྷ་རྒྱལ་ལོ་ཟེར་བའི་རྟེན་འབྲེལ།

བྱམས་པ་ཐོགས་མེད།

ལྷ་རྒྱལ་ལོ་ཟེར་བའི་རྟེན་འབྲེལ། དེ་རིང་གནམ་ལ་སྐར་མ་བཟང་བའི་རྟེན་  
འབྲེལ། ས་ལ་ཉི་མ་དྲོ་བའི་རྟེན་འབྲེལ། མི་ལ་བདེ་སྲིད་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ།  
བཞུགས་གྲལ་དབྱས་ཀྱི་གཙོ་བོ། འབྲས་དཀར་བྱེད་གང་ནས་ཡོང་བ་གསུང་  
བྱུང་། འབྲས་དཀར་དཀར་དོ་མེ་སེམས་པའི་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་ཡོད། ཇ་ལྷ་ཆ་  
དང་པོ་ཁ་ལ་བརྟུང་ནས་ཡོང་ཡོད། ཕྱི་ཇ་གཉག་པ་བཞིས་རྒྱབ་ཏུ་འབྱར་  
ནས་ཡོང་ཡོད། ཐོ་རོག་ནག་རྒྱུང་མིན་ཡང་། ཁོ་གས་སྐད་རེ་བརྒྱབ་ནས་ཡོང་  
ཡོད། སྤྱ་མཁན་ནེ་ཙོ་མིན་ཡང་། མངོན་ཤེས་རེ་བྱས་ནས་ཡོང་ཡོད། སྤྱ་ཁ་བྱ་  
རྒྱུང་མིན་ཡང་། གཤོག་འབྱར་རེ་ངོམ་ནས་ཡོང་ཡོད། དེ་ཐོ་ཆ་ལུ་མིན་ཡང་།  
ནམ་ཚོད་རེ་བྱས་ནས་ཡོང་ཡོད། ཐང་དཀར་ཚོད་པོ་མིན་ཡང་། ནམ་འཕང་  
རེ་བཅད་དེ་ཡོང་ཡོད། འབྲོས་ཆེན་རྟ་ཐོ་མིན་ཡང་། གོམ་འབྲོས་རེ་བརྒྱབ་  
ནས་ཡོང་ཡོད།

ཏ་ཏ། འབྲས་དཀར་བྱེད་ལ་བཤད་པ་ཨ་ཡོད་གསུངས་བྱུང་། བསྟོད་  
པ་ཨ་ཡོད་གསུངས་བྱུང་། བཤད་པ་བསྟོད་པ་མེད་པར་འབྲས་དཀར་ག་ནས་  
ཡོང་ངམ། བཤད་པ་རྒྱབ་དགོས་བྱུང་ན། བསྟོད་པ་ལྷལ་དགོས་བྱུང་ན། བྱར་  
རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ། རི་ཆེན་གནམ་གྱི་ཀ་བ། མཚོ་ཆེན་གཡུ་ཡི་མཐུལ།



གངས་དཀར་ཤེལ་གྱི་མཆོད་རྟེན། གི་ཞིམ་སྒྲན་གྱི་བདུག་སྟོས། ཟུ་བོ་ཡན་  
 ལག་བརྒྱད་ལྟན། སྒང་སེར་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ། དབྱར་བཀྲ་གཡུ་ཡི་མེ་ཏོག་  
 སྟོན་བཀྲ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་ རིན་ཆེན་རིགས་གྱི་བང་མཛོད། ལྷ་དང་སྒྲ་མའི་  
 གདན་ས། ཕྱག་དང་མཆོད་པ་འབུལ་ཡུལ། རྩ་གཞོན་སྒྲ་གར་འབྲལ་ཡུལ།  
 རང་དབང་བདེ་སྦྱོང་སྦྱོང་ཡུལ། འཛམ་གླིང་ས་ཡི་སྦྱང་ཐེག་ བྱ་འཛིན་དབྱེས་  
 བའི་གདུལ་ཞིང་། གངས་རིའི་བྲང་བའི་མཛེས་པ། ལྷ་བབས་སྤྲུའི་རིགས་  
 ལས། བོད་ཇེའི་ཐོག་མ་གཉིད་ཁྲིས། བཞུགས་གྱི་སྒྲ་མཁར་དང་པོ། ཡུམ་བུ་  
 སྒྲ་སྒང་བཏབས་ཡོད། འཕགས་མཆོག་མི་ཡི་རྣམ་ཐོལ། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་  
 བཙན་སྒྲུལ་པོས། དམར་པོ་རི་ཡི་ཕྱེ་རུ། བོ་བྲང་མཆར་བ་བཏབ་ཡོད།  
 ལུགས་གཉིས་བཀའ་ཁྲིམས་བཙན་ཞིང་། རྒྱ་བལ་གཉིས་གྱི་སྤྲུལ་མོ། དཔྱང་  
 སྟོབས་བཙན་པོས་བསྐྱུས་ནས། དབྱུང་བཞེ་ཆང་བའི་ས་གཞིར། སྤུལ་བའི་  
 གཙུག་ལག་བཞེངས་ཡོད། ར་ས་འབྲུལ་སྒྲང་བཞེངས་ཡོད།

༩༩། བོད་ཇེ་བྲི་སྲོང་ལྷེ་ཕུ་བཙན་གྱིས། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛོད་  
 འཕྲིན་རྒྱས། ཕྱོགས་གཉིས་ས་མཆོམས་དབྱེ་འབྱེད་གྱིས། ཡིག་བཀོད་རྩོ་  
 རིང་གསུམ་བཙུགས་ཡོད། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱ་སྟེ་ནག་པོའི་ས། རུབ་ཕྱོགས་མང་  
 དག་བོད་གྱི་ས། ད་ལྟར་མངའ་བའི་ས་བཟུང་སྟེ། རྒྱ་རྣམས་རྒྱ་ཡུལ་སྦྱིད་  
 ཅེས་གསུངས། བོད་རྣམས་བོད་ཡུལ་སྦྱིད་ཅེས་གསུངས།

༩༩། འབྲས་དཀར་ཁྱོད་མཁས་པོ་འདུག་ཀྱང་གསུངས་བྱུང་། འགྲིག་  
 པོ་འདུག་ཀྱང་གསུངས་བྱུང་། མཁས་པོ་འགྲིག་པོ་མེད་པར་འབྲས་གཏམ་  
 ག་ནས་ཡོང་ངམ། བ་རིགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ། ཡར་འབྲེན་གྱི་སྒྲ་མ་  
 བཟང་པོ། ལས་དཀར་ནག་གི་ཤར་འབྱེད་ཆོས་རྒྱལ། མ་རིགས་ཇེ་བཙན་  
 སྟོལ་མ། སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ཡུམ་ཆེན། དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་མ་མ། ཀར་པ་

ཤ་ཡི་འབབ་དོ། བྱས་མོ་ཚས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། སྒྲིང་པ་དོ་ཨི་ཤྱ་གྲམ། ཁོག་པ་ལྷ་  
 ཡི་ཞིང་ཁམས། རྩུ་དཀར་ལྷ་ཡི་ཞགས་པ། རྩུ་ནག་ལྷ་ཡི་ཞགས་པ། སྒོ་བ་  
 གངས་རི་དཀར་པོ། གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་འདྲ། མཆིན་པ་ཨ་རི་ནག་པོ། ཨ་ལ་  
 གྲིབ་བཅོ་འཁོར་འདྲ། རྩིང་ཉིལ་པད་མ་འདབ་བརྒྱད། རིག་གནས་ཡོངས་ཀྱི་  
 བང་མཛོད། མགོ་ལ་རྩྱུན་པའི་ར་ལྷགས། རྩུ་གར་ཡུལ་ནས་མ་ཉིས། རྩུ་ནག་  
 རྩྱགས་ནས་མ་ཉིས། བོད་ལྗོངས་རྩུལ་ཁབ་ཆེན་པོའི། ཆོ་ཆོ་ར་ཡི་ལྷགས་པ།  
 དཀར་པོ་གངས་རི་འདྲ་བ། དབྱ་འཕང་མཐོ་བའི་རྟེན་འབྲེལ། སྤྱ་རིགས་  
 གཞན་ལས་འཇམ་པ། སེམས་རྩུད་དུལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ། གདོང་ལ་རྩྱུན་པའི་  
 འབག་དེ། གཡང་དཀར་ལྷག་གི་བལ་ལ། ན་རྩུང་བྱ་མའི་ལག་བཅོ། གཡས་  
 ལ་རྩུ་དཀར་པོ་ཡོད་པ། རྩུ་དཀར་ཆོས་ཀྱི་རྩུལ་པོའི་ཆ་ལྷགས། གཡོན་ལ་རྩུ་  
 ནག་པོ་ཡོད་པ། རྩུ་ནག་བྱིས་ཀྱི་རྩུལ་པོའི་ཆ་ལྷགས། དབྱལ་བར་ཉི་ལྷ་  
 ཡོད་པ། ཨོ་རྩུན་བརྒྱའི་ཆ་ལྷགས། སྤྲ་ལ་གུམ་བྱ་བཏགས་པ། ཁ་ཆེ་བལ་  
 པོའི་ཆ་ལྷགས། རྩ་བར་སོག་བྱུལ་བཏགས་པ། མི་ཆེན་དཔོན་པོའི་ཆ་ལྷགས།  
 བྱར་ཆོས་དམར་པོ་བྱུགས་པ། ན་རྩུང་བྱ་མའི་ཆ་ལྷགས། མ་ལེར་ཨོག་ཆོམ་  
 ཡོད་པ། ཆོ་ཆོ་ར་མའི་ཆ་ལྷགས། ཆ་ལྷགས་མི་གཅིག་སོ་སོ། མི་རིགས་མི་  
 གཅིག་སོ་སོ། གོམས་གཤིས་མི་གཅིག་སོ་སོ། སྤྱ་རིགས་མི་གཅིག་སོ་སོ།  
 ཡིག་རིགས་མི་གཅིག་སོ་སོ། ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་སོ་སོ། བྱིས་དང་  
 ལྷགས་སྒོལ་སོ་སོ། རང་བཅོན་རྩུལ་ཁབ་སོ་སོ་ཡིན།

༡༡། ལག་དུ་འཁྱེར་བའི་པོར་པར། བཤད་པ་རྩུབ་དགོས་བྱུང་ན། རྩུ་  
 གར་ཡུལ་དུ་མ་དར། རྩུ་ནག་ཡུལ་དུ་མ་དར། བོད་ལྗོངས་རྩུལ་ཁབ་ཆེན་  
 པོའི། གཡང་པོར་བཟླ་ཤིས་ཆོ་རིང་། མ་དང་མཁའ་འགོ་འདུས་པའི། གནས་  
 ཆེན་མོ་རི་པོར་གིས། ཅན་དན་ཤིང་གི་སྒྲོང་པོར། དཀྱག་པ་མཁས་པའི་ལག་

བཟོས། མི་ཆེན་དཔོན་པོའི་གསལ་རས། ཁ་ལ་ཁ་བཞེངས་ཐོགས་ལ། དཔང་  
ལ་ཐོག་པོར་གསལ། ཁྱིམ་སྟོད་སྟོགས་ལ་འགོ་སྐབས། ཅི་དེར་གསལ་དང་  
འགོ་སྟག་ཁྱིམ་སྟོད་སྟོགས་ལ་འགོ་སྐབས། ཅི་དེར་གཉིས་དང་འགོ་སྟག་རང་  
གི་ནང་ལ་སྟོད་སྐབས། ཅི་དེར་གང་དང་འགོ་སྟག་གང་བཏུང་ན་ཁ་ལོ་དེ། རོ་  
བཏུང་ན་ར་བཟེ། གསལ་བཏུང་ན་སྟོན་ལྟག་ཨ་མ་དང་མནའ་མ་ནོར། སྟོ་ཁྱི་  
དང་བེའུ་ནོར། རང་བསྟན་པ་འཛིན་པའི་ཐོར་བ། གཞན་སེམས་པ་འབྱུག་པའི་  
ཐོར་བ་ཡིན།

༩༡། མི་ཆེན་དཔོན་པོའི་ཞབས་བྱོ་༩༡། ཞབས་བྱོ་ས་གཞི་ཟེལ་གཞོན་  
༩༡། ལྟག་ཤར་གཞོན་པའི་ཞབས་བྱོ་༩༡། ཞབས་བྱོ་ཉམ་པ་ཆེན་པོ་༩༡། ཞབས་  
བྱོ་ཉམ་པ་ཆེན་པོ་༩༡། ཡར་ཡར་དེག་དེག་མར་མར་དེག་དེག་ན་རྒྱུང་བུ་མའི་  
ཞབས་བྱོ་༩༡། མི་སེམས་བཀྲག་པའི་ལྷགས་ཀྱི་༩༡། མི་སེམས་བཀྲག་པའི་  
ལྷགས་ཀྱི་༩༡། ཡར་ཡར་ལྷེམ་ལྷེམ། མར་མར་འབྱོར་འབྱོར། འབྲས་དཀར་ང་  
ཡི་ཞབས་བྱོ་༩༡། གཡོན་བསྟོར་གཡང་ཆགས་ཞབས་བྱོ་༩༡། གཡོན་བསྟོར་  
གཡང་ཆགས་ཞབས་བྱོ་༩༡། གནམ་མཆོངས་དཔའ་ཅལ་ཞབས་བྱོ་༩༡།  
གནམ་མཆོངས་དཔའ་ཅལ་ཞབས་བྱོ་༩༡། ཞབས་བྱོ་ཁམས་གསལ་དཔང་  
འདུས་ཡིན།

༩༢། ལག་དུ་འབྱེར་བའི་རྒྱག་པར། བཤད་པ་རྒྱབ་དགོས་བྱུང་ན།  
བསྟོད་པ་སྤལ་དགོས་བྱུང་ན། རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་མ་སྟེས། རྒྱ་ནག་ཡུལ་དུ་མ་  
སྟེས། བོད་ལྗོངས་དབྱུག་སྤྱེས་པའི། རྒྱག་པ་བསམ་པ་དོན་འགྲུབ་ཆོས་  
སྟོད་སྟེལ་བའི་རྒྱག་པ། ཐར་ལམ་འདྲན་པའི་རྒྱག་པ། གཉན་འགོ་སྟོང་བའི་  
རྒྱག་པ། དབྲ་འགོ་བཏུལ་བའི་རྒྱག་པ། གང་བསམ་འགྲུབ་པའི་རྒྱག་པ། ནང་  
ལ་སྟོད་པའི་སྟོད་རོགས། དགོང་མོ་ཉལ་བའི་ཉལ་རོགས། ཞོགས་པ་ལངས་

བའི་ལངས་རོགས། ཕྱི་ལ་འགྲོ་བའི་འགྲོ་རོགས། ལ་རུ་འཛོགས་ན་སྐས་  
 འཛོགས། ཟུ་དང་འབྲད་ན་ཟམ་ལ། ཐང་ལ་འགྲོ་ན་ཏོ་ལོ། སྐག་དམར་པོའི་  
 གཉལ་བ་བཙག་བྱེད། མ་ནག་པོར་སྣ་རྒྱག་ཅུ་བྱེད། བོད་ཁྲོངས་བསྐྱན་བ་དར་  
 བའི་ཕྱོག་གིང་ཡིན། གི་གི་སྤ་སྤ་ལྷ་རྒྱལ་ལོ། ལྷ་རྒྱལ་ལོ། ལྷ་རྒྱལ་ལོ།

བོད་ཇེ་མི་མངས་ལ་ཕུལ་བའི་སྤྱི་ཡིག་  
བོད་སྐད་སྒྲ་སྟོལ་བད་དག་ལམ་ལ་སློ་ལྟན་  
འཕྱག་བར་སྐུལ་བྱེད་དབྱངས་ཅན་  
བྱེད་མངས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས།

མར་ཡུལ་བ་སློ་བཟང་འཇམ་དཔལ།

གངས་ཅན་སྐད་སྒྲ་ཡོངས་ཀྱི་ཉམ་གོན་སྐུ་བས་སྒྲ་ན་མ་མཆིས་བ་རྒྱལ་བ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བའི་ཞབས་ཀྱི་བད་མོར་སློ་གསུམ་གྱས་པས་བདུད་དེ།  
བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཉམས་བ་སོར་ཆུད་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཆེད་དུ།  
གྱས་པས་ཕུལ་བའི་སྤྱི་ཡིག་འདི་ཉིད་བོད་ཇེ་མི་མང་གིས་གསན་དགོས་  
ཏེ། ཇི་སྐད་དུ།

དེ་ཕྱིར་གང་གིས་དམན་པའི་རིགས་སུ་ལྟར་བྱེད་པ།  
ར་རྒྱལ་དབྲ་སྤངས་བདག་གི་ཆོག་འདི་སད་ཕྱིར་ཡང་།  
མི་བདག་ཁྱོད་ཀྱིས་གྱས་པས་གསན་རིགས་ཏེ།  
ལེགས་སྒྲས་བྱས་ལས་སྤང་ཞེས་བྱབ་ཆེན་གསལ་བར་གསུངས། །  
ས་བདག་ཆེར་མའི་གིང་ལས་སྤང་རྩི་བཞིན།

དག་པོ་ལས་ཀྱང་ལེགས་སྤྲོས་གཟུང་བར་བྱ།  
གསེར་གྱི་རི་ལས་དྲུག་གི་ཚུ་རྒྱན་བཞིན།  
ཡིད་འོང་སྤྱོད་པའི་ཚིག་དན་སྤང་འཆལ་ལོ།<sup>1</sup> ཞེས་དང་།

ལེགས་བཤད་བྱིས་པ་དག་ལས་ཀྱང་། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན།  
དྲི་ཞིམ་བྱུང་ན་རི་དྲགས་ཀྱི། །ཉེ་བ་ལས་ཀྱང་སྤྱི་ཅི་ལེན།<sup>2</sup>

རང་ཅག་སྤྱི་ཤེས་དོན་གོ་བའི་འགྲོ་བ་མི་ལ་སྤྲད་ཡིག་ནི། དོན་སྟོན་པར་བྱེད་  
པ་ལ་རིན་པོ་ཆའི་སྟོན་མེ་དང་། དོན་མཐོང་བ་ལ་འདྲན་བྱེད་མིག་ལྟ་བུ་ཡིན་  
ཏེ། རི་སྤྲད་དུ།

ཐ་སྤྲད་ལ་ནི་མ་བཞེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་བསྟན་མི་རུས།  
དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། །བྱ་དན་འདས་པ་འཐོབ་མི་འགྱུར།<sup>3</sup>  
ཞེས་དང་།

གལ་ཏེ་སྤྲོད་བོད་སྤྲང་བ་ནི། །འཁོར་བའི་བར་དུ་མི་གསལ་ན།  
འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི། །སྤྲུག་རུམ་ཐུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར།<sup>4</sup>  
དེ་བཞིན་དུ།

གང་ཞིག་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་དོན། གཏན་ལ་འབེབས་ན་སྟོས་ཅི་འཆལ།  
འཇིག་རྟེན་པལ་པའི་རྣམ་གཞག་ཅིག། །བྱེད་ཀྱང་ཚིག་གི་སྟོར་བ་གཅེས།<sup>5</sup>

རྒྱ་མཚན་དེས་ན། སྟོན་གྱི་ནང་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དག་དུ། རབ་དུ་བྱུང་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཉེ་སྤྲད་ལ་བཙོན་པ་ཆེན་པོས་ལེགས་པར་སྤྲངས་ཏེ། བཀའ་

དང་བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏིང་ཟབ་པ་ཆོག་སྤྱོད་ཐུན་སྦྲུལ་  
 ཆོག་པར་བཞོད་པ་དེ་དག་རང་ཅག་སློབ་ཤེས་པ་ནམས་ཀྱི་མིག་གི་ཡུལ་  
 ཏུ་གྱུར་ཅིང་། སློབ་མ་ཤེས་པ་དག་གིས་ཀྱང་། གཞན་དག་གིས་དེ་དག་  
 བསྐྱེད་པ་ཡང་ན་བའི་དབང་པོའི་ཡུལ་ཏུ་གྱུར་པའི་སློབ་ནས། དོན་ཏོགས་  
 ཐུབ་པ་ཡོད་པས། རང་ཅག་ཁ་བ་ཅན་པ་ནམས་སྤུལ་པ་བཟང་ངོ་ཞེས་  
 དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་རིགས་སོ། །

དེ་ཡང་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་སྐད་དམ། ཆོས་སྐད་ཏུ་  
 གྲགས་པ་འདི་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་བོད་སྐད་རང་གི་འདོད་རྒྱལ་གྱི་མིང་ཆོག་གཞིར་  
 བཟུང་ཐོག་འཕགས་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་མང་པོས། ལོ་བརྒྱ་རབས་<sup>6</sup> བདུན་  
 པ་ནས་བཅུ་མས་ཏེ། ད་ལྟའི་བར་རྗེས་སྐྱབ་ཀྱི་མིང་ཆོག་སྤྱོད་ཐུན་མང་པོ་  
 གསར་ཏུ་བསྐྱེད། ཆོག་སྤྱོད་ཐུན་སྦྲུལ་ཆོག་པའི་སློབ་ནས། ལེགས་སྦྱར་སྐད་  
 སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་རིགས་དང་། རྒྱ་ནག་སྐད་སོགས་ནས་ཀྱང་བསྐྱེད་  
 པའི་ཕྱི་ནང་གི་རིག་གཞུང་གི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ཏུ་མས་གཏམས་པའི་རྒྱ་  
 མཆོ་ཆེན་པོ་དང་འདྲ་བར་མ་ཟད། ཤར་རྒྱ་ནག་གི་ས་མཆམས་ནས་རྒྱལ་ཁ་  
 ཆེའི་ས་མཆམས་དང་། བྱང་ལི་ཡུལ་གྱི་ས་མཆམས་ནས། ལྷོ་ན་འབྲུག་རྒྱ་  
 གར་བྱང་ཕྱོགས་བལ་ཡུལ་བཅས་ཀྱི་ས་ཕྱོགས་སུ་འཁོད་པ། བོད་ཆེན་པོའི་  
 སྤྱི་དགུ་ཀུན་གྱིས། གང་ལ་བརྟེན་ནས་པན་ཚུན་བཟོ་སྦྱང་བྱེད་ཐུབ་ཅིང་། སྐད་  
 རིགས་གཅིག་པར་སྤྱོད་པའི་རིགས་མཐུན་གྱི་མཛའ་བའི་སློབ་ནས་གནས་ཐུབ་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རིག་གཞུང་གི་སྐད་འདི་ནི་ཡུལ་གངས་ཅན་པའི་སྤྱི་པོ་  
 ཀུན་གྱིས་ཚོད་མེད་ཏུ་བསྐྱེད་ཅིང་། གཅིག་ཏུ་གནས་སའི་འཛིན་མ་ལྟ་བུ་  
 ཡང་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་རིག་གཞུང་གི་སྐད་འདི་ནི་ལྷོ་ས་མེད་བཏང་སློམས་སུ་མ་

བཞག་པར་ནས་པ་རྒྱན་དུ། ཐ་སྐད་དུ་ཡང་མཁས་པ་དག་གིས་བཞོལ་བར་  
 མཛད་ན། འདི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱང་སྟོབ་དང་། རྒྱ་ཆེའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དགུ་ཀུན་སྐད་  
 རིགས་སྤྱི་བ་གཅིག་དུ་སྤྲིལ་བར་བྱེད་པས། སྤྱི་མོ་མང་མོ་ལ་ཕན་པ་དང་། སྤྱི་  
 མོ་མང་མོ་ལ་བདེ་བའི་དོན་དུ་ཡང་འགྱུར་ངེས་པས། སྤྱི་སྤྱོས་དང་ལྷན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་འབད་པ་ཆེར་མཛད་པ་གལ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་དུ་ཡང་།  
 ཞོང་སྤྱོས་ཡོན་ཏན་དུ་མ་དང་ལྷན་པའི་རིག་གཞུང་སྐད་འདི་ཉིད། བག་མེད་  
 པའི་དབང་གིས་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་ཕལ་སྐད་ཀྱི་རྩོག་མས་སྤྲགས་པར་  
 འགྱུར་བའི་སྤྲབས་འདིར་མཁས་པའི་དབང་པོ་མདོ་སྐད་པ་དགེ་འདུན་ཆོས་  
 འཕེལ་གྱིས་གསུངས་པའི་གཤམ་གསལ་གྱི་གཞིན་བསྐུལ་དེ། རང་ཅག་  
 རྣམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་དགོས་པར་མཐོང་ནས་བཞོད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་རི་སྐད་དུ།

དབུས་ཀྱི་ཕལ་སྐད། ལ་དྲགས་ཀྱི་ཕལ་སྐད་སོགས་སྤྱང་བར་གང་དུན་གྱི་  
 སྐད་མཛོད་དང་སྤྲགས་བམ་སྤེབ་པ་འདི་རིགས། བརྒྱ་ལ་དར་སྤོལ་ཆེ་དུ་  
 སོང་ན། ཡུལ་སོ་སོའི་ཕལ་སྐད་མི་འདྲ་བའི་རྒྱན་གྱིས། བོད་ཀྱི་སྐད་སྤྱི་ཡང་  
 དུ་མ་བྱར་ཆད་དེ། རྣམ་ཞིག་ན་ཡུལ་སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཕན་ཚུན་བདེ་མི་  
 འཕྲོད་པ་ཞིག་འོང་ངེས་ལ། སྐད་ཡིག་སོ་སོར་བྱེས་པས། བསམ་འབྱེར་དང་  
 སྦྱོད་ལམ་སོགས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་སོང་སྟེ། མཐར་བོད་ཀྱི་རིགས་དང་རྒྱལ་  
 ཁམས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་སིལ་བྱར་འཐོར་བའི་རྒྱན་དུ་འགྲོ་བ་ལགས། གལ་ཏེ་  
 ཕལ་སྐད་གསར་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བོད་ཡུལ་ཀུན་དུ་དར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་  
 ཡང་། རང་ཅག་གི་ཆོས་སྐད་དུ་བྲིས་པའི་མདོ་རྒྱན་རིག་གནས་ཀྱི་གཙུག་  
 ལག་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་འདི་ཀུན་རིམ་གྱིས་སྤྲས་ཀྱང་མི་གོ་བའི་སྤྲགས་བམ་གྱི་



ཕྱང་པོ་ཙམ་དུ་འགྲོ་ངེས་པས། སྤྱོད་ཅན་འདི་འདྲའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་བག་ཐོན་དགོས་པ་ལགས།<sup>7</sup> ཞེས་སོ། །

དེས་ན་རང་ཅག་ནམས་ཀྱིས་བོད་སྤྱི་ཡི་སྐད་འདི་ཉིད་གཅེས་སྤྱད་ཀྱིས་  
བསྐྱེད་བར་བྱ་དགོས་ཤིང་། མ་ན་སྤྱི་ཡིག་ཚུན་ཆད་ཀྱང་དག་པར་བྱས་ཏེ་  
འབྲི་བར་མཛད་ན། རང་འབྲི་བ་པོ་དང་གཞན་སྟོག་པ་པོ་གཉིས་ཀའི་སྐད་  
ཡིག་གི་ཡར་རྒྱས་ལ་མན། ལྷག་པར་དུ་དུས་དེབ་དང་། གསར་ཤོག་འདོན་  
པའི་ཡི་གེ་པ་དག་གིས་ནི་ཆོག་པ་དང་། མིང་མཐའ་འདྲེན་ཚུལ། དུས་  
གསུམ་གྱི་འཕྲུག་ཚུལ་ནམས་ལ་ལེགས་པར་གསན་བསམ་མཛད་པའི་ཐོག་  
གངས་ཅན་པའི་སྤྱི་བོ་ཀུན་གྱིས་གོ་ཐུབ་པའི་བོད་སྤྱི་ཡི་སྐད་དུ་འབྲི་ཙམ་  
ཐུབ་པ་ལ་ངལ་བའི་བྱེད་པོ་ཚུ་མི་རྒྱུད་བ་འབྱེད་དགོས་པར་སྐྱེད་འོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བོད་སྤྱི་ཡི་སྐད་ལ་བྲིས་པའི་གསར་ཤོག་དང་། དུས་དེབ་  
སོགས་བཏོན་ནས། བྱེད་པོ་བྱེད་པ་དང་། མི་མང་གིས་ཀྱང་དེ་དག་རྒྱན་དུ་  
སྟོག་པ་ལ་བཙོན་པ་ནི་རང་རིགས་མི་མང་གི་ཤེས་རིག་དང་། སྤྱི་དགུ་སྤྱི་དང་  
བྱེ་བྲག་གི་ནམ་དཔྱོད་རྒྱས་པ་ལ་ཐབས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་  
ཟད། མ་འོངས་པ་ན་ཡང་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེད་དང་། གྲོང་གསེབ་  
དག་དུ་ཡང་གསར་ཤོག་དང་། དུས་དེབ་སོགས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ། རྒྱ་ཆེན་  
པོར་བྱེད་གངས་ལ་དུ་སྤྱེལ་ཐུབ་ཅིང་། མི་མང་ནས་ཀྱང་འདུན་པ་ཆེན་པོས་  
བསྐྱེད་པ་ཏེ། རང་རིགས་མི་མང་དང་། འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡི་གནས་ཚུལ་གོ་  
རྟོགས་ཐུབ་པའི་བོད་ཆེན་པོའི་ཡུལ་རང་སྐད་ཀྱི་ངོས་ནས་ཤེས་རིག་ཐུན་  
སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་འབྱུང་ངེས་པས་འདི་ལ་ཆང་མས་ནན་ཏན་མཛད་  
དགོས་སོ། །

བཞུགས་སྐར་ཏྲ་མ་སྤྲ་ནས། ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་དུས་དེབ། ལོ་བཅུ་  
རབས་གཉིས་དང་ཕྱེད་ལྷག་ཙམ་གྱི་སྡོན་ནས། ཟླ་རེ་བཞིན་དུ་ཆག་མེད་  
འདོན་སྤེལ་མཛད་པ་དང་། འབྲུག་ན་ཀུན་གསལ་ཞེས་པའི་གསར་ཤོག་དེ་  
བཞིན་ཉེ་ཆར། ཏྲ་ས་ནས། ལྷང་གཞིན་ཞེས་པའི་དུས་དེབ། དམངས་གཙོ་  
ཞེས་པའི་གསར་ཤོག་ལ་དྲགས་སླེ་ནས་ ཤེས་རབ་ཟོམ་ ཞེས་པའི་དུས་དེབ།  
ལ་དྲགས་མེ་ལོང་ཞེས་པའི་གསར་ཤོག་ཨ་རིའི་ རྟེན་ ཡོར་ཀ་ བྱོང་ཁྱེད་བོད་  
གཞུང་དོན་གཙོད་ལས་ཁུངས་ནས་། བོད་ཀྱི་བང་ཆེན་ཞེས་པའི་དུས་དེབ་  
པར་འབྲེམས་མཛད་པ་དེ་དག་ལ་དགའ་བསུ་ཞུའོ།

གསར་ཤོག་དང་དུས་དེབ་དེ་དག་ནི་རང་རེའི་སློ་བློས་ཀྱི་པད་མ་རྒྱས་  
པ་ལ་ཉི་མ་དང་འབྲ་སྟེ། བདག་རང་སོ་སོའི་ངོས་ནས་བལྟས་ན། ཤེས་བྱ་དུས་  
དེབ་དེ་ཉིད་ཐོན་པ་ནས་བཟུང་སྐད་ཤིང་བསྐྱགས་ཏེ། རང་རིགས་མི་མང་གི་  
གནས་ཚུལ་གོ་བས། རང་གི་སློ་བློས་རྒྱས་པ་དང་། རང་སྤྱད་ཀྱི་ཚོག་མ་ཤེས་པ་  
གསར་དུ་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་པ་རྣམས་བརྗེད་ངས་སྤྲ་མ་སོང་བར་གཟུང་བ་ལ་  
ཕན་པ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དམངས་གཙོ་དང་། ལྷང་གཞིན། ཤེས་  
རབ་ཟོམ། ཀུན་གསལ་ལ་དྲགས་མེ་ལོང་བཅས་སྐད་ནས་རྒྱན་དུ་བསྐྱགས་  
ཏེ། གསར་འགྱུར་དང་དུས་དེབ་སློབ་བ་པོ་ཀུན་གྱི་སློབ་སྟེལ་བ་དང་། རང་ཉིད་  
དང་རང་རིགས་མི་མང་གི་ཤེས་རིག་རྒྱས་པ་ལ་བློགས་མཛད་དགོས་སོ།

དེ་བཞིན་གསར་ཤོག་དང་དུས་དེབ་སློབ་བ་པོ་དག་གིས་རང་རང་གི་  
གསར་ཤོག་དང་། དུས་དེབ་དེ་དང་དེ་དག་དུ་ཕལ་སྤྱད་དང་ཡི་གེ་མ་དག་པ་  
རྣམས་དུང་ནས་སྤྱད་སྟེ། བོད་རིག་གཞུང་སྤྱི་ཉི་སྤྱད་དུ་འབྲི་བ་ལ་དགའ་  
ཆེགས་ལ་མ་འདྲེམས་པར་གོ་སླའི་དག་གིས་འབྲི་རྩོམ་ལ་འབད་བ་ཆེར་  
མཛད་དགོས་སོ།

དེ་ཡང་ཐོན་བྱོན་འཛིག་རྟེན་མིག་ཏུ་གྱུར་པ་དག་གིས་བཞེངས་པའི་  
བཀའ་བསྟན་གྱི་བོད་སྐད་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་ན་བཟོད་བྱ་ཚོད་བྱེད་གཉིས་ཀའི་  
ཆ་ནས་ཆེས་ཕྱན་ཕྱུང་ཆོགས་པའི་སྐད་རིགས་གས་ཡིན་ཅིང་། སྐད་ཡིག་  
དེའི་ཐོག་ལ་བྲིས་པའི་རྒྱལ་རབས་ཆོས་བྱུང་དང་། གཏམ་བརྒྱུད། རྣམ་ཐར་  
སོགས་ནི། མཁས་པའི་དབང་པོ་མདོ་སྐད་པ་དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་མཆོག་  
གིས་གསུངས་པ་ལྟར།<sup>8</sup> སྐད་མངའ་རིས་ནས་ཨ་མདོ་བར་གྱི་བོད་ཆེན་པོའི་  
སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས་གོ་ཐབ་པར་མ་ཟད། འབྲུག་ཡུལ་འབྲས་ལྗོངས་བལ་ཡུལ་  
ལ་དྲགས་སོགས་སྐྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་གྱི་བོད་ཀྱི་ས་མཆོམས་ལ་འཁོད་པའི་  
སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ཞིག་དང་། དེར་མ་ཟད་ཉོར་སོག་གི་ཡུལ་ཆེན་པོ་དག་དང་། ཨོ་  
ཏུ་ཕུའི་ཡུལ་དག་ཏུ་ཡང་དེང་སང་སྐྱེ་བོ་མང་པོས་རང་གི་ཆོས་ལུགས་  
སམ་གཤིས་ལུགས་བཟང་པོའི་སྐད་དུ་བཀོལ་བར་བྱེད་ཅིང་། འཛམ་གླིང་གི་  
ཡུལ་གྱ་མང་པོར་རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོས་དོན་གཉེར་བྱེད་སའི་  
སྐད་རིགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་རང་རེའི་བོད་པ་དག་གི་ནང་ན་ནི་རིན་ཐང་བལ་བའི་བོད་ཀྱི་  
རིག་གཞུང་སྐད་འདི་ལ་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་སྦྱོང་བར་བྱེད་མཁན་ནི་དེང་སང་  
མིན་ཏུ་ནས་དཀོན་པར་སྤང་སྟེ། གདན་ས་ཆེན་པོ་དག་ཏུ་རིགས་གཞུང་ལ་  
གསན་བསམ་སྐྱེ་ཆེར་མཛད་ཀྱང་། སྐད་ཡིག་འབྲི་བ་དང་། ཡི་གའི་སྦྱར་  
སྤངས་སྟེ། བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་གསན་བསམ་ནི་དམིགས་བསལ་མི་མཛད་ཅིང་།  
འགའ་རེས་ཡི་གེ་དང་། ལུ་མ་རྟགས་སོགས་སྦྱོང་བར་གཟིགས་ཆོ། ཅུ་བ་བོར་  
ནས། ལལ་ག་མ་འཛིན་ཨང་། ཞེས་གསུང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཐོས། དེ་ཡིས་བོད་  
སྤྱིའི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་འབྱུང་བ་ལ་གྱོད་གུན་ཆེན་པོ་ཐོག་པར་སྤང་རོ། །

དེ་ཡང་རང་རེའི་བོད་སྐད་དུ། བཀའ་བསྟན་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་གྱི་

མཛུབ་སྟོན་མིང་ཚིག་བསྐྱིགས་པའི་དཔེ་ཆ་མེད་པས། བཀའ་བསྟན་གསུང་  
འབྲས་གཞུང་དཔེ་གང་དང་གང་ན་ཅི་མཆིས་པ་ཀུན། ལྷུབས་བདེ་ཞིང་ལས་  
སྒྲིབ་པའི་སྟོན་ས་འཛོལ་མི་བྱུང། གང་དང་གང་འཛོལ་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་དེང་  
དུས་རིག་ཅུལ་དང་མཐུན་པའི་དེ་དག་གི་མཛུབ་སྟོན་མིང་ཚིག་བསྐྱིག་  
དགོས་པ་ཡང་མཆིས། དེས་ན་གདན་ས་ཁག་ཏུ་རང་རང་གི་ཡིག་ཆའི་  
གཞུང་ནས་མིང་ཚིག་ན་མས་བདུས་ཏེ། གང་ནས་འབྱུང་བའི་ཤོག་གུངས་  
ཨང་ཡིག་བཅས་བཞུད་དེ། ཀ་ཁའི་གོ་རིམ་བཞིན་སྐྱིག་པའི་ངལ་ཅོལ་  
མཛོད་ན། གནས་སྐབས་སུ་སྐྱིག་པ་པོའི་ཚིག་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་སློབ་གྲོས་རྒྱས་  
པའི་དགོས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་འཛོལ་སྒྲུབ་<sup>༡</sup>  
བྱེད་པོ་ཀུན་ལ་ཡང་པན་པ་ཆེས་ཆེར་འབྱུང་ངེས་པས། གཞུང་ཆེན་མོ་དག་  
གི་ལུག་དཔེ་གཟིགས་པའི་ཞར་ལ་འདི་དག་ལ་ཡང་བྱགས་སྤང་མཛོད་  
དགོས་པ་གལ་ཆེ་བར་སྤང་ངོ་།

དེང་སང་རིག་ཅུལ་དང་མཐུན་པའི་ཚིག་མཛོད་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་  
བ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ན་མས་པལ་ཆེ་བ་དག། ཁ་བ་རི་པ་མ་ཡིན་པ་ཕྱི་  
ལོགས་པས་བཟོ་བསྐྱུན་བྱས་འདུག། བོད་མི་ཞིག་གིས་རང་སྐད་དུ་དེ་ལྟ་  
བུའི་འབད་པ་བྱས་ཏེ། བོད་སྐད་དུ། ཚིག་མཛོད་སོགས་བཟོ་བསྐྱུན་བྱུང་པ་  
ཡིན་ན། དེས་པར་དུ་བོད་པ་མ་ཡིན་པས་བཟོ་བསྐྱུན་བྱས་པ་ལས་ཆེས་  
མཆོག་ཏུ་བྱུར་པ་ཞིག་བྱུང་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མ་མཆིས། དུ་དུང་ཡང་སྤར་མ་  
འོངས་པ་ན། བོད་དུ་སྟོས་པའི་ཚིག་མཛོད་དག་ཏུ་མ་འཁོད་པའི་སྐྱེ་གཞུང་  
དང་། བོད་གཞུང་དག་ན་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་མིང་ཚིག་མང་བོར་སྤང་བ་ཀུན་  
ཀྱང་ཚུད་པའི་ཚིག་མཛོད་སོགས་བོད་རང་གི་མཁས་པས་འབྲན་ཁྲི་བྲལ་བ་  
ཞིག་སྐྱུན་བྱུང་ངེས། དེས་ན་རང་རིགས་སྐད་ཡིག་གི་རིག་གཞུང་ཡར་རྒྱས་

ཀྱི་ཆེད་དུ། ཡི་གེའི་དག་ཆ་ནས་བཟུང་སྟེ། རིག་གཞུང་གི་སྤྱང་བོ་དག་འཆོལ་  
སྤྱབ་ཀྱི་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་ལ་འཇུག་དགོས་པར་ཡང་འཆོལ།

དེར་སང་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོན་གས་ཀྱི་གདན་ས་ཁག་ཏུ་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོན་  
མཛད་པ་བར་ལམ་ལས་དར་སྟོལ་ཆེ་བ་ཡོད་ཀྱང་། རིག་གཞུང་སྐད་ལ་ནི་ད་  
དུང་ཡང་དོ་སྤང་ཆེར་མཛད་དགོས་པར་རྒྱུ་དཔག། དེ་མིན་གནས་འདི་  
ལ་གཅེས་སྤྱོད་མེད་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པར་མཛད་ན་ནི། རི་སྐད་དུ།

རིག་པའི་གནས་འདི་སྤྱང་རིན་མེད་ཅེས་དོར།  
མཁས་པར་མ་དྲིས་ཐེ་ཆོམ་ཡོངས་མ་བསལ།  
བསྐྱབ་པར་འོས་པ་མ་སྤྱངས་སྤྱེས་བྱ་འགའ།  
སྤྱན་པོའི་གོ་ས་ཐོབ་འདི་སྐལ་བ་སྟ། ༥<sup>10</sup>

ཞེས་གསུངས་པ་བདེན་པར་གོ་ལོ།

དེས་ན་བདག་གི་མནོ་བསམ་ལ་ནི། རི་ཅམ་ཆད་མ་རིག་པ། ནང་དོན་རིག་པ་  
རྟོགས་པ་ལ་གྲོགས་སུ་མཆིས། དེ་ཅམ་སྤྱ་རིག་པ་ཡང་ནང་དོན་རིག་པ་  
རྟོགས་པའི་གྲོགས་སུ་འགྲོ་བར་མ་ཟད། ཤེས་རིག་གི་ཐོག་ནས་སྤྱེས་བྱ་  
རབ་འབྲིང་མཐའ་གསུམ་གང་དང་ཡང་མཉམ་དུ་བགྲོ་སྐྱེད་བྱེད་པ་ལ། ཆད་  
མ་རིག་པ་ལས་ཀྱང་། ཉེར་མཁོ་ཆེ་བར་གོང་གསལ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་སྤྱབ་ཀྱི་  
གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་བྱུང། ཉམས་སྦྱོང་གི་སྟོན་སྟེན་ལྟ་བུ་ཡང་། བོད་  
ཀྱི་གདན་ས་རྣམས་སུ། སྤར་ལོ་པཌ་གདན་འཛོམས་པའི་སྐབས་དང་། ཕྱིས་  
སུ་ཡང་དཔག་ཚོད་བྱས་ན། སལ་ཆེར་ལོ་བརྒྱ་རབས་བཅུ་དྲུག་པ་བར་དུ།

བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་སྦྱོར་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ཀྱིན་ཡོད་པར་བརྟེན། བཀའ་དང་  
བསྟན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་དང་། བོད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་གསུང་འབྲུམ་རྣམས་མཇུག་བསམ་གྲུབ་སོ། །

དེ་ཡང་སྦྱར་བཏང་གེས་རིག་གི་འགྲོ་སྤངས་འགྲོ་ལུགས་མཁས་པ་  
དག་གིས། དང་པོར་སོ་སོ་རང་གི་སྐད་ཡིག་དེ་ལ་ཐོས་བསམ་ལེགས་པར་  
བྱིས། སྐད་ཡིག་ལེགས་པར་གྲེས་པ་དེ་ཡིས་སྐད་ཡིག་དེ་ལ་བྲིས་པའི་རིག་  
གཞུང་གང་དང་གང་སྦྱངས་ན་ཡང་། བདེ་སྤྱད་ཏུ་གྲེས་བྱུང་། དེར་མ་ཟད་ཇི་  
ཙམ་གྱི་ཆོག་མང་བ་གྲེས་པ་དེ་ཡིས་དོན་དག་ཀྱང་མང་བར་གྲེས་བྱུང་བ་  
ཡིན་ཅེས་འཆད་དོ། །དེས་ན་གཞུང་དབེ་སྒྲ་ཆོགས་པ་བསྟུགས་ཏེ། ཆོག་མང་  
པོ་གསོག་པའི་སྟོལ་མཆིས། དེས་ན་རང་མེད་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྦྱོང་དགུ་  
མཐུང་དག་གིས་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལེགས་པར་སྦྱང་དགོས་ཤིང་། ལྷག་པར་  
རྒྱ་གར་དུ་བཞུགས་པའི་རང་རིགས་བོད་པ་དག་གིས། ༡གོང་ས་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་སློབ་ཟབ་མོ་སྦྱང་དབྱས་སུ་བཅངས་ཏེ། རང་རིགས་  
ཀྱི་སྐད་ཡིག་བྱམ་སུམ་ཆོགས་པ་འདི་ཉིད་ཉམས་རྒྱད་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་ལ་  
བྱགས་སྤང་མཛད་དེ། མི་མང་པོ་ལ་སྟེལ་དགོས་པ་འདི་གལ་ཆེ་བས། སྟོག་  
དུས་དང་། འབྲི་དུས་སུ་ཆོག་རེ་རེ་བཞིན་དག་པོ་འབྱུང་གི་འདུག་གམ་མི་  
འདུག་བྱགས་གཞིགས་མཛད་དགོས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ།

ལེགས་པ་བས་ཀྱང་མགྲོགས་པ་གཙོ། །མགྲོགས་པ་བས་ཀྱང་སྦྱོམས་པ་གཙོ།  
སྦྱོམས་པ་བས་ཀྱང་དག་པ་གཙོ། །དེས་ན་དག་པ་གཙོ་བོ་ཡིན། །<sup>11</sup>

ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་། གང་དུ་བསྟན་པ་དར་བ་དེ་ན་ཡི་གེ་ཤིན་ཏུ་དག་པ་  
བྱུང་ཞིང་བསྟན་པ་འཕང་དམའ་རུ་སོང་བ་ན་ཡི་གེ་ཡང་ཅལ་ཅལ་དུ་འགྲོ་བ་

ཡིན།<sup>12</sup> ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡི་གེ་ཅལ་ཅལ་དུ་འགྲོ་བ་ནི། དཔེར་ན། འོང་  
བ་ལ་ཡོང་བ་དང་། ཁྲོགས་ལ་རྟོགས། བཞོལ་སྤྱོད་ཞེས་པར་བེད་སྤྱོད།  
གཞིགས་འཇུག་ལ་ཞིབ་འཇུག། ལཱ་ལ་འདང་། དངོས་མ་ལ་ངོ་མ། ལྷན་  
གསན་ལ་སྣན་སེང་། སྤྲོ་ལ་སྤྲོ། མང་གི་དོན་ལ་དམངས་ཞེས་འབྲི་བ་སོགས་  
ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་འོང་བ་ལ་ཡོང་བ། ཞེས་འབྲི་བ་ནི་ལྷན་གྱི་རིག་གཞུང་སྤྱད་  
དང་འགལ་ཞིང་། ཁམས་སྡེ་དགེ་སོགས་ཀྱི་དག་རྒྱན་དུ་འོང་བ་ཞེས་མ་  
གདོགས་ཡོང་བ་ཞེས་མི་ལ་བ་ཅེས་སྟོན་པས། ཁམས་སྤྱོགས་ཀྱི་སྤྱོ་བོ་དག་  
གིས་འདི་ནི་གོ་སྤྱོ་བ་མ་ཡིན་པས། ཡོང་བ་ཞེས་པའི་ཆབ་དུ་འོང་བ་ཞེས་  
དང་། རྟོགས་རམ་གྱི་ཆབ་ལ་གྲོགས། བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆབ་ལ་བཞོལ་སྤྱོད་ཞེས་  
འབྲི་ན། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་སྤྱད་དང་མཐུན་སྡེ། དཔེར་ན། བླན་གཡོག་བཞོལ་དུ་  
མི་བདུབ་ལ་འང་། ཁོས་ལ་སོགས་པ་མི་སྤྱིན་ན།<sup>13</sup> ཞེས་དང་། རྟོག་པས་  
བདུབ་སྡེ་བཞོལ་བ།<sup>14</sup> ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་བོད་ཡུལ་གྱི་ཆོས་སྤྱད་དང་  
པལ་སྤྱད་གཉིས་ཀར་བྱུང་བའི་བཞོལ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བཞག་ནས། བྱུང་  
བའི་ཆོག། བེད་སྤྱོད་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་འབྲི་བ་ནི་ཆེར་མི་འོས་ཤིང་། བོད་རྒྱ་ཆེ་  
མི་མང་གིས་ཀྱང་། བེད་སྤྱོད་ཅེས་པ་ལས་བཞོལ་བ་ཞེས་པ་དེ་གོ་སྤྱོ་བས།  
ཆོག་སྤྱ་མ་དེ་ལས་ཕྱི་མ་དེ་ནུས་པ་ཆེ་བར་མཐོང་ངོ་།

ཡང་ཞིབ་འཇུག་ཅེས་པའི་ཆོག་དེ་གཞིགས་འཇུག་ཅེས་པའི་ཆོག་གི་  
ཆབ་དུ་ཆང་མས་ཡོངས་གྲགས་སུ་བཞོད་ཀྱང་། འདི་ལ་མིང་ཆོག་གྲེ་བྲག་  
དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའས། སྤྱོ་བཤད་པ་ན་དོན་ལེགས་པར་གོ་བ་མེད་པས།  
མཁས་པས་བསྟན་པའི་མིང་ཆོག་དུ་མི་སྤྱད་བས་། ཞིབ་འཇུག་ཅེས་པའི་  
ཆོག་དེ་དབྱེད་པ་ཞིབ་འཇུག་གམ་བཟླས་པ་ཞིབ་འཇུག་<sup>15</sup> ཅེས་པ་དེ་དག་

གི་དོན་སྤྱིང་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་བརྒྱུག་པའི་ཅལ་ཅལ་གྱི་ཆོག་ཡིན་པས་  
མཁས་པ་དག་གིས་དོར་བར་རིགས་སོ། །དེས་ན་ཞིབ་འཇུག་གི་ཆབ་དུ་  
གཞིགས་འཇུག་ཅེས་བཀོད་ན་སྐྱ་བཤད་ལེགས་པར་མཐོང་སྟེ། གཞིགས་ནི་  
བརྟག་དབྱེད་གྱི་དོན་ལ་སལ་སྤྱད་དང་། བསྟན་བཅོས་སྤྱད་གཉིས་ཀར་ཡོད་  
པར་མ་ཟད། ཞིབ་དུ་དབྱེད་པའི་མིང་དུ་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཨ་ལག་གི་  
བསྟན་དར་གྱིས་བཤད་དོ། །

ལ་དུགས་གཤམ་ཕྱོགས་སོགས་བོད་གྱི་མཐའ་མཆོམས་ཁག་དུ་ད་  
དུང་ཡང་རྗེས་འཇུག་དག་པར་འབོད་པས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ལ་དངོས་མ་  
ཞེས་འདོན་ཞིང་འབྲི་ཡང་། དབྱུས་གྱི་སྤྱད་སོགས་སུ་རྗེས་འཇུག་གི་སྐྱ་  
གདངས་ཉམས་པས། རོ་མ་ཞེས་བསྐྱག་ཅིང་བྲི་ཡང་། བསྟན་བཅོས་གྱི་སྤྱད་  
དང་བསྟན་ན། དངོས་མ་ཞེས་འབྲི་དགོས་པར་སེམས་སོ། །

ཡང་དེང་དུས་བསྟན་བཅོས་སུ་སྐྱ་ཞེས་ལེགས་པའམ་བཟང་པོ་ཡིན་  
པའི་ཆོག་དོན་སྐྱ་ཞེས་པ་དཀའ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཆོག་དོན་དུ་བསྐྱར་ནས་མ་  
དག་པ་བྱས་པར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན།

བདག་ལྷུས་ནགས་ཆལ་གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཡི།

མཆེ་བའི་དབལ་གྱིས་བཟུང་སྟེ་ཤི་ཡང་སྤྱ།

ཞབས་རྗེས་སྟེག་གོ་འབྱོར་ཆེ་གྲུས་བྱེད་ལ།

གྲུང་ཆེ་འདོར་བའི་བྲན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བདུབ། །<sup>16</sup>

ཆོགས་བཅད་འདི་ཡི་ཚུམ་པ་པོ་ནི། བོད་རིག་གཞུང་གི་སྤྱད་ལ་མངའ་བཞེས་  
པའི་མཁས་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་ནོར་བ་ག་ལ་མཛད། དེས་ན་བྱིས་སུ་སྤྱར་



བཅོས་བྱུང་བར་གདོན་མི་ཟ་བས། བསྟན་བཅོས་འདྲིར་མཆིས་པའི་འདི་  
འབྲེལ་ཞུ་བ་འདི་དག་མ་འོངས་པ་ན་སྤྱད་པར་སྤྱད་སྐབས་སུ་བཅོད་གོས་སོ།

སྤྱད་པ་མ་ཐེབས་པ་དག་པའི་དཔེ་ནི།

བདག་ནི་དེད་ཉིད་ཤི་ཡང་སྤྲེའི། །ལོག་འཆོས་ཡུན་རིང་གསོན་མི་རུང་།

བདག་ལྟ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་གྱང་། །འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དེ་ཉིད་ཡིན།<sup>17</sup>

ལྷག་པར་དུ་དུས་དེབ་དང་། གསར་ཤོག་དག་གི་དག་ཆ་ལ་དོ་སྣང་ཅུང་དུར་  
མཛད་པ་མ་ཡིན་པར་ཤིན་ཏུ་དག་པ་དགོས་ཏེ། བོད་བྱ་ཆེའི་མི་མང་གིས་  
བཟླག་པའི་གསར་ཤོག་བྱུང་བ་དཔལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་ངེས་པས། དེ་དག་  
ཏུ་མིང་ཆོག་དག་པ་བྱུང་ན། མི་མང་གི་མིང་ཆོག་གྱང་དག་པོ་འབྱུང་། དེ་དག་  
ཏུ་ནོར་ན། མི་མང་གི་དག་ཆ་ཡང་ནོར་བའི་སྟོན་ཆེན་པོར་འབྱུར་བས་སོ།  
ཤིས་ན་ཤེས་བྱ་དུས་དེབ་དང་། ལྷང་གཞོན། དམངས་གཙོ། བོད་ཀྱི་བང་ཆེན།  
ངེད་ཀྱི་ལག་ཏུ་སོན་པ་དག་གི་ཡི་གེའི་དག་ཆ་འགའ་ཞིག་དབྱུད་པར་བྱ་  
བའི་འོས་སུ་མཐོང་ཞིང་། འགའ་ཞིག་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ནོར་བ་ཡང་འདུག།  
དེ་ཡང་གསར་ཤོག་དེ་དག་ཏུ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་སྐད་དང་། ལྷག་པར་དུ་  
བོད་གངས་ཅན་དུ་ཉི་མུ་ལྷར་བྲགས་པའི་དག་ཡིག་ཟ་མ་ཏོག་དང་། དག་  
གི་སྟོན་མ་<sup>18</sup> དང་འགལ་བའི་ཆོག་འགའ་ཤས་གྱང་མཐོང་། དེ་དག་ལས་  
འགའ་ཞིག་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསར་ཤོག་དང་། དུས་དེབ་དག་ཏུ་འཐོན་གྱི་  
ཡོད་པ་དང་། མང་པོས་འབྲི་བར་མཛད་པ་རྣམས་ལ་བྱགས་སྤར་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར་བཏོད་པ་ལ། དཔེར་མཆོན་ན། ཤེས་བྱ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ཕྱི་ཟླ་༩ མཇུན་ཤོག་  
ཏུ། སྤྱི་ནོར་གོང་ས་སྐུ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ཡོངས་བྱུང་དུ་བསྐུལ་

བའི་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས། ཞེས་པའི་འགོ་བརྗེད་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་  
 བསྐྱགས་ཞེས་པ་གཉིས་ལ་འདས་ཚོག་བཞོད་ཀྱང་འགོད་ཅེས་པའི་ཚབ་དུ་  
 ཡང་བཞོད་ཅེས་བྲིས་པ་ཡིན་ན་བྱ་ཚོག་ཐམས་ཅད་འདས་ཚོག་དུ་ཆ་  
 མཚུངས་པར་མཐོང་། བསྐྱལ་ཅེས་པ་ནི་མཐའ་ཅིག་དུ་ནོར་བཤོ། །ཡང་ཤེས་  
 བུ། ༡༩༩༩ ལྷ་ཆུ་ ༩ མདུན་ཤོག་དུ། བོང་ས་མཚོག་གིས་བོད་དོན་གྱི་བསྐྱར་  
 ལྷན་ཚོགས་ཐོག་བཀའ་སློབ་སྐུལ་བཞིན་པ། ཞེས་པར་ད་ལྟ་བ་ལ་མ་འོངས་  
 བའི་ཚོག་བཞོད་པར་སྐྱེལ་བཞིན་པ་ཞེས་ད་ལྟ་བ་དགོད་དགོས་པར་མེམས།  
 དེ་བཞིན་དུ། ལྷང་གཞིན། ༡༩༩༡ དེབ་གསུམ་པ། ཤོག་གུངས་ ༡༩ ལ། འདི་  
 དག་ནི་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་ལ་འབྱེས་པའི་བཀའ་བྲིན་དུ་བསྐུལ། ཞེས་པ་  
 དང་། དམངས་གཙོ། ༡༩༩༩ ཆུ་ ༩ ཆོས་ ༣༠ གསར་ཤོག་གི་འགོ་དུ། ལ་  
 དུགས་སློ་ནས་ལ་དུགས་མེ་ལོང་ཞེས་པའི་ཚོད་ལྷའི་དུས་དེབ་ཅིག་བོད་  
 དབྱིན་ཤན་སྐར་གྱིས་ད་ལོའི་དབྱར་འགོར་བཏོན་འདུག་ཅིང་། གཞོང་ས་  
 མཚོག་གིས་དེ་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་གསུང་འཕྲིན་བསྐུལ་འདུག།  
 ཅེས་དང་། བོད་ཀྱི་བང་ཆེན། ༡༩༩༩ ཆུ་བ་ ༡ ཤོག་གུངས་ ༩ གལ་ ༡། ཡིག་  
 བྲང་ ༡༠ གཞོང་ས་ཆེན་པོས་ཚོག་མཆན་བཀྲིན་བསྐུལ་བའི་དགོངས་དོན།  
 ཞེས་པ་འདི་དག་དུ་གཅིག་གིས་ནོར་ནས་སྐུལ་ཅེས་པའི་ཚབ་དུ་བསྐུལ་  
 ཅེས་ནོར་ནས་བྲིས་པ་དེ་ལ་དྲོགས་པ་མེད་པར་ཆང་མ་ནོར་བ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་  
 སུ་གྱུག་པ་ནི།

མཁས་པ་རང་གིས་དཔྱོད་ཤེས་ཀྱི། ལྷན་པོ་གྲགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྱང་།

ཁྱི་གན་ཀྱ་ཙཱ་འདོན་པ་ན། ཁྱུ་མཆན་མེད་པར་གཞན་དག་གྱུག།<sup>19</sup>

ཅེས་པའི་རྣམ་ཐར་དངོས་སུ་སྐྱོང་བར་འདུག་པས། དེ་ཉིད་སྤྱན་འབྱིན་པར་  
བྱེད་པ་ལ་ལུང་ལ་གདུགས་པ་ལས་གཞན་ཐབས་ཅི་ཡོད། དེ་ཡང་འདི་དག་  
ནི་སྤྱན་གྱི་བོད་སྐད་རིག་གཞུང་གི་དཔེ་དག་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ཟ་མ་ཏོག་  
དང་། དག་སྤྱོན་སོགས་དག་ཡིག་ཚད་ལྡན་དག་དང་འགལ་བས། འཐད་པར་  
མ་མཐོང་སྟེ། ཞ་ལུ་ལོ་ཙ་བ་རིན་ཆེན་ཆོས་སྐྱོང་བཟང་པོས། ཙ་ལ་ས་མགོ་  
ཐོབ་པའི་དཔེར་བརྗོད་མཆོན་ཕྱིར། ཟ་མ་ཏོག་དུ།

བཀའ་སྤྱུལ་པ་དང་དངོས་གྲུབ་སྤྱུལ། དངོས་གྲུབ་སྤྱུལ་དང་སྤྱུལ་དུ་གསོལ།  
སྤྱིན་པ་ཚུལ་བཞིན་སྤྱུལ་བའི་སོགས། །ས་མགོ་ལྡན་པའི་ཙ་ཡིག་གོ།  
ཞེས་དང་། དག་སྤྱོན་དུ་ཡང་།  
བཀའ་སྤྱུལ་དངོས་གྲུབ་སྤྱུལ་དང་སྤྱོལ། །སྤྱིན་པ་སྤྱུལ་བའི་བའི་དུ་སྤྱུལ།  
སྤྱུལ་དུ་གསོལ་སོགས་སར་བཏགས་ཅིལ། །

ཞེས་དང་། སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བས། ཉགས་ཀྱི་འཕྲག་  
པའི་རྣམ་པར་བཤད་པར། སྤྱོན་འཕྲག་བ་ཡིག་བྱ་ཆོག་འདས་པ་ལ་འཕྲག་  
པའི་དཔེར་བརྗོད་དུ། རྩ་ས་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་དཔར་ཁང་ནས་དཔར་  
བསྐྱུན་ཞུས་པའི་དེབ་ཀྱི་ཤོག་གངས་ ༢༠༧ ནས་ ༢༡༧ བར་དུ། ཤོག་གངས་  
དགུ་ཙམ་ལ་བཀོད་པར་མཛད་ཀྱང་། སྤྱུལ་ཞེས་པའི་སྤྱུལ་བས་འབྲུལ་ཡོད་  
པ་གང་དུ་ཡང་བསྐྱུན་པར་མ་མཛད་པ་དང་། དེར་མ་ཟད། བོད་སྐད་ཀྱི་སྤྱུ་  
དང་། རིག་གཞུང་གི་མཁས་པའི་ཡང་ཕྱིར་སོན་པ། ལྷ་ལྷན་སྤྱོན་ལམ་ཆེན་  
མོའི་གྲ་སྐོར་པ་ཨ་ལག་ཤ་བསྐྱུན་དར་གྱིས། སུམ་ཅུ་པ་དང་ཉགས་ཀྱི་འཕྲག་  
པའི་བཤད་པ། སྤྱུ་འབྲུམ་བྱམས་པ་གླིང་གི་པར་མ། ཤོག་གངས་ ༢༡ ནུབ་

ཤོག་དུ། ད་ཡིག་ཡང་འཇུག་འདས་ཚིག་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བཅོལ་འདི་  
 ལྟར་བཀོད་ཡོད་པར་མཐོང་ཤེ། སྔོན་འཇུག་མེད་པའི་འདས་ཚིག་ལ་འཇུག་  
 པ་ཡང་དཔེར་ན། ཟིན་ད། མར་ད། སྤྱལ་ད། སྤྱིན་ད། ཚར་ད། སྤྱལ་ད་སོགས་དང་།  
 ཞེས་སྤྱལ་ཅེས་པའི་འདས་ཚིག་ལ་བས་འཇུག་མེད་པར་གསལ་བར་བཀོད་  
 ལ། བསྤྱལ་ཅེས་པ་ནི་བསལ་བའི་བདེ་ལྡན་ཡིན་ཞེས་དག་ཡིག་ལི་ཤི་གྲར་  
 ཁང་དང་། ཨ་ལག་ཤ་བསྟན་དར་བས་བཞེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དག་བཤེས་  
 ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་། བད་དག་མིང་ཚིག་གསལ་བ་ཞེས་པའི་ཚིག་  
 མཛོད་དུ། ཞིབ་གསལ་བཀོད་འདུག་པ་དེར་གཟིགས་པར་མཛོད། འདི་ཡིས་  
 བོད་རྒྱ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་། སྔོན་པའི་འདས་ཚིག་དང་། མ་འོངས་  
 པའི་དཔེར་བཅོལ་ལ། བསྤྱལ། བསྤྱལ་ཞེས་ནོར་བ་བཀོད་དོ། སྤྱིར་ཚིག་མཛོད་  
 འདི་རང་ཅག་བོད་སྐད་ཀྱི་སྟོབ་གཉེར་བ་ན་མས་ལ་ཤིག་དུ་ནས་ཉེར་མཁོ་ཆེ་  
 བས། འདི་ཡི་བཟོ་སྐྱོན་མཛོད་པ་པོ། རྒྱ་མི་མེས་པོ་དམ་པ་ཀྱང་དབྱི་སུན་  
 གྱིས་མི་ལོ་ལྷ་བཅུའི་རིང་ལ་དཀའ་ངལ་ཁྱད་དུ་བསལ་དེ། བོད་རྒྱ་ཚིག་  
 མཛོད་ཆེན་མོ་གྲུབ་པ་ལ་ཇེས་སུ་ཡི་རང་དང་། བཀའ་བྲིན་ཆེ་ཞེས་ཞུ་འོས་  
 ཀྱང་། མཐའ་གཅིག་དུ་ཡིད་བདུན་བཅོལ་མི་དགོས་པ་ཡང་མཁྱེན་པར་  
 འཆལ་ལོ།

གཞན་ཡང་། ཕྱི་ ༡༩༩༣ ཟླ་གཉིས་པ། ཤེས་བྱ་ཤོག་གྲངས་ ༡༢ པར།  
 ༧་པོང་ས་ཆེན་མོའི་གསུང་བཤད་ཡིག་ཐོག་ཕབ་བྲིས་ཞུས་པ། དེས་ཉིན་བཅོ་  
 ལྷ་ལས་མ་ལྷེད་པར་དེ་འཕྲོས་ཉི་མ་ན་མས་སྔོ་ལྷུ་དང་། ཤིང་གི་ལོ་མ། རང་  
 བྱང་གི་ས་འཇམ་པོ་བཅས་ཟས་ནས་སྔོན་དགོས་བྱུང་འདུག། ཅས་དང་།  
 གཞན་ཡང་། ༡༩༩༣ ཕྱི་ཟླ་ ༤ དེ་ཉིད་ཀྱི་ཤོག་གྲངས་ ༢༠ པར། དེ་གཅིག་  
 སུས་ཀྱང་འདང་གི་མེད་པ་རེད། ཅས་ཕབ་བྲིས་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

དམངས་གཙོ། ༡༩༩༣ ཟླ ༤ ཚེས ༢༠ པར་ངོས་ ༢ གྲུལ་ ༢། ཡིག་ཕྱེད་ ༧  
 པར། སློབ་ཐུག་ཚའི་དཀའ་ངལ་གཞན་ཞིག་ནི་ཁོང་ཚོར་གྱོན་ཆས་འདང་  
 ངེས་མེད་པ་དེ་ཡིན། འདི་དག་ནི་ལྡང་ཞེས་པའི་སྤྱི་གདངས་ཉམས་པར་  
 བཏུགས་པའི་སྤྱོན་གྱིས་ལྡང་ཞེས་པའི་སྤྱི་འདང་ཞེས་མ་དག་པ་འདི་ནི་ད་  
 ཚིག་མཛོད་སོགས་སུ་ཡང་ལྡང་བའི་དོན་དུ་བཀོད་པར་མཐོང་ན་ཡང་བོད་ཀྱི་  
 སྤྱི་དག་པོ་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དག་གིས་དོར་དགོས་ཏེ། དག་ཡིག་ཟ་མ་  
 ཏོག་དུ། འཁོབས་པའི་ལྡང་། ཅེས་བཀོད་པ་ལ། འཁོབས་པ་ནི་ཞང་ཆད་ཀྱི་  
 དོན་དུ་བོད་ཀྱི་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོར་བཀོད་པ་ལེགས་པར་མཐོང་། ཞང་ཆད་  
 ཅེས་པ། དག་ཡིག་དག་སྤྱོན་དུ་གསུངས་པའི། ལྡང་ཆད་ཀྱི་ཞེ་སའི་ཚིག་  
 ཡིན། ལྡང་ཆད་ནི། བོད་ཀྱི་བད་སྤྱོད་དག་སྤྱོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ཚིག་གསལ་<sup>20</sup>  
 དུ། བསྟན་བཅོས་སོགས་ཀྱི་ཁ་ཆང་བའི་ཆད་དུ་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་མིང་ཚིག་སྤྱི་ལུ་ཆག་ནས་འབོད་པ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་  
 སུ་སྤང་སྟེ། ཡི་གེ་སྤྱི་མ་ཟུར་ཆག་པ་དང་། སྤྱི་མ་ཟུར་ཆག་པའོ། །སྤྱི་མ་ཟུར་  
 ཆག་པ་ནི། གྲོགས་ལ་རོགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱི་མ་ཟུར་ཆག་པ་ནི། ཡར་  
 ཞང་བའི་དོན་ཅན། ལྡང་ལ་ལང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཆད་ལོངས་པའི་ལྡང་ནི།  
 ཕལ་ཆེར་ཟུར་ཆག་མེད་པར་ལྡང་ཞེས་འདོན་པ་དང་། ཟུར་ཆག་ནས་འདོན་  
 པར་ཡང་སྤང་སྟེ། ས་སྟེང་འདི་དག་གོས་གཡོག་དུ། རྟེ་སྟེད་གོ་བས་ག་ལ་  
 ལང་། <sup>21</sup> ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེར་མ་ཟད་སྤྱོན་གྱི་དཔེ་དག་པ་རྣམས་སུ། འདང་  
 ཞེས་མ་ཡིན་པ། ལྡང་ཞེས་འབྲི་བ་ནི། རྒྱ་མམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དག་འདུན་  
 གྲུབ་པ་དཔལ་བཟང་བོའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་ནོར་བུའི་ཕྱེད་བ་<sup>22</sup> ལས་ཀྱང་  
 ཏོགས་སུ་བསྟེ། དེར་དེ་ནས་སང་ཉིན་བཟོ་བོ་རྣམས་ལ་ཟངས་ལེབ་རྣམས་  
 བསྟན་པས་ཁོང་རྣམས་ན་རེ། ད་ནི། ལྱུ་ཡང་ལྡངས་ཤིང་། ཟངས་ལེབ་རྣམས་

ཀྱང་ལེགས་པོ་འོང་ཟེར་ནས། དབྱེ་ཚུགས་དྲངས་ཏེ་བཟོ་ཚུགས་སོ། ཞེས་  
གསུངས།

དེ་ཡང་ལ་དྲགས་གསུམ་སྒྲིགས་སོགས་ཡུལ་ལྷང་འགའ་ཞིག་དུས་  
ད་ལྟ་ཡང་། ར་མགོ་དང་། ལ་མགོ་ ས་མགོ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲི་བྱར་པལ་ཆེར་  
འདོན་པ་ཡོད་པས། འབྲི་བ་ན་ཡང་མ་ཞོར་བར་འབྲི་ཐབས་སྟེ། བདག་གི་སྒྲི་  
སྒྲོ་བ་གྲར་འབྲི་མས་མ་སྒྲོང་ཞིང་། པལ་ཆེར་རང་གིས་སྒྲིངས་པའི་ལ་དྲགས་  
ལྷང་སྒྲིང་དུ་གོ་བར་འབྲོད་ཅིང་འབྲི་ཐབས་པ་དེས། སོ་པག་གི་ཐབ་ཅིག་བཟོ་  
སྒྲི་བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་བདག་ལ་འདི་ལྟར་བྲིས་པ་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ།  
ཐབ་པོ་ལ་ཀག་ཅིའི་པག་བྱ་མ་ལྷངས་པ་ལུས། ཞེས་བྲིས་འདུག་པར་ལྷངས་  
ཞེས་པ་དག་པོ་བྱང་བ་དེ་སྒྲིངས་པས་མ་ཡིན། པལ་སྒྲིང་དུ་སྒྲི་གཏངས་  
གསལ་བོར་འབོད་པས་ཡིན་ནོ། དེས་ན་ཆད་ལོང་བའམ་འཁོབས་ཀྱི་དོན་ཅན་  
ལྷང་ལ་འདང་འབྲི་བ་ནི་སྒྲིང་གི་སྒྲིགས་བམ་དག་པ་རྣམས་དང་འགལ་ལོ།

འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཆོག་ཆེན་མོ་དང་། དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་  
སོགས་སུ་འཁོབས་པའི་དོན་ལ་འདང་ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་དག་ནི་མ་དག་  
པའི་བསྒྲིང་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་ཡི་གེ་དག་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་  
དང་འདི་རིགས་ལ་ཆད་འཛིན་པར་མི་འཚལ་ལོ།

འདང་ཞེས་པའི་སྒྲི་ནི། དྲངས་དང་། དྲང་གི་ད་ལྟ་བ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་  
པོའི་ལེའུ་ལས།<sup>23</sup> རྣམ་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ཆུ་འདང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དག་ཅིང་  
ཆབ་ཀྱི་རྩོག་པ་ཐམས་ཅད་དྲང་བར་བབྱིད་དོ། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ། དེ་  
ཉིད་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་དུ་ཡང་།

དཔེར་ན་རྣམ་བུ་ཆུ་འདང་བ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་ཆབ་འདང་བབྱིད།

དེ་བཞིན་དྲང་སྤང་ཐུགས་དག་པ། སྒྲི་པོའི་རྩོག་པ་དྲང་བར་མཛད།<sup>24</sup>

གཅིག་ལ་འཇུག་ན། གཞན་དག་ལ་མི་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ཤི་ག་ལ་ཡོད་དེ་  
མེད་དོ། འདེམ་ན་དགོངས་ཞེས་པའི་སྤྱི་བཞིན་ནོ། རྟེ་ཡང་། སྤྱི་དྲུའི་དགོངས་  
དང་། སྤྱགས་ཀྱི་དགོངས་གཉིས་ཀར་ཡི་གེ་གཅིག་པ་ཐོབ་ཅིང་། འབྱུང་  
བྱུངས་ཀྱང་གཅིག་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱགས་ཀྱི་དགོངས་དེ་ཉིད་སྤྱི་དྲུའི་དགོངས་  
ལས་བྱུང་བར་མངོན། གང་ལགས་ཞེ་ན། སྤྱགས་ཀྱི་བཞེད་པ་རྩུར་ཙམ་སྟོས་  
ནས། གསལ་པོར་བསྟན་མེད་པ་དེ་ལ་དགོངས་པའི་དག་གམ་སྐད་ཅེས་བྱ།  
འདི་ཉིད་ལེགས་སྐྱར་སྐད་ནས་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་པའི་མིང་ཆོག་ཡིན། དེ་  
ཡང་དགོངས་མོར་དངོས་པོ་ཞིག་སྤྱང་ཡང་གསལ་པོར་དོས་འཛིན་མ་བྱ་བ་  
པ་བཞིན་དུ། སྤྱིས་བྱ་མཁས་པ་ཞིག་གིས་གཏམ་རྩུར་ཙམ་སྟོས་པ་གསལ་  
པོར་མ་གོ་བའི་ཆོ། གཏམ་གསལ་པོ་མེད་པ་ལ་དགོངས་མོའི་སྐད་ཅེས་པ་  
ལ་བརྒྱད་ནས་། དགོངས་པ་ཞེས་བཞེད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་མིང་གྲུབ་པར་  
མངོན། དེས་ན་སྤྱི་དྲུའི་དགོངས་དང་། སྤྱགས་ཀྱི་དགོངས་གཉིས་ཀར་ཡི་གེ་  
མཚུངས་པར་ཐོབ་པ་ནི་ཟ་མ་ཏོག་དང་དག་སྟོན་གཉིས་ཀའི་དགོངས་པ་སྤྱི་  
མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་སྤྱར་གྱི་དག་ཡིག་དང་། དཔེ་ཆ་དག་པ་རྣམས་སུ་སྟན་གསན་  
ཞེས་པའི་ཆབ་ཏུ་དང་སངས་སྟན་སེང་ཞེས་པལ་སྐད་རྩུར་ཆག་པ་ཁོ་ན་འབྲི་  
བར་མཐོང་། དེ་ཡང་སྟན་སེང་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ལ་རྒྱ་གར་པ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་  
འཁོལ་པའི་བོད་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་དང་། དགེ་བཤེས་ཆོས་གྲགས་  
ཀྱིས་བཙམས་པའི་བད་དག་མིང་ཆོག་གསལ་བ་དག་ཏུ་གོ་གནས་ཅི་ཡང་  
མ་ཐོབ་ཀྱང་། སྤྱིས་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་གོ་གནས་བྱུང་  
འདུག་པར་མ་ཟད། དེའི་སྟུན་མཆེད་སྟན་གསང་ཞེས་པ་ཞིག་ལ་ཡང་གོ་ས་

བྱང་འདུག། དེས་ན་སྙན་སང་གི་སྒྲིབ་བྱང་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་པར་སེམས་  
 ཏེ། དང་པོ་སྙན་གསན་ཞེས་པ་ནས། སྙན་གསང་བྱང་། དེ་ལས་སྙན་སང་ཞེས་  
 བརྒྱད་ནས་བྱང་སྟེ། བོད་ཀྱི་དག་ཡིག་ལ་དོ་སྙང་མེད་པ་པོ་དག་ལ་ནི་འདི་  
 ཉིད་ཤིན་ཏུ་གཅེས་སོ། །འོན་ཀྱང་དག་ཡིག་ལ་གཅེས་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི།  
 དེའི་དུས་བདག་གིས་ཀྱང་སྤར་སྙན་གསན་སྟལ་བ་ལྟར་གྱི་དོན་ལ་སྒྲུབ་དུ་  
 སྟེན་པས།<sup>25</sup> ཞེས་པ་བཞིན་ཟ་མ་ཏོག་དང་། དག་སྟོན་གྱི་བཅམས་པའི་དགོས་  
 པ་ལ་གཅེས་སྤྲོས་མཛད་དེ། དེ་དག་གི་མཚུག་བསྐྱུང་བར་རིགས་སོ། །

དམངས་གཙོ་ ༡༩༩༣ ལྷ་ ༩ ཆོས་ ༣༠ མདུན་ངོས་གཤམ་གྱི་གྲལ་༥།  
 ཡིག་ཐེང་ ༡༡། ཉེ་ཆར་གྱི་ལྷ་བཞི་བ་ནས་བདུན་པའི་བར་རང་བཅན་སྐད་  
 འབོད་ཀྱིས་རྒྱན་ཏེ་བོད་མི་ ༡༠༧ འཛིན་བཟུང་བྱས་པ་བཅས་ལ་དོ་སྙང་ཡོད་  
 ཅས་བསྒྲགས་ཡོད་པ་དང་། བཟྃ་བ་འདི་ཡི་ནང་ནས། རིག་གཞུང་སྐད་ཀྱི་  
 སྒྲོར་ཚུལ་དང་འགལ་བའི་ནོར་བ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ནི། བཞི་པ་ལ་བཞི་བ་  
 ཞེས་པ་འདིའི་རིགས་ཀྱི་ནོར་འབྲུལ་འོག་ཏུ་སྒྲེང་རོ། །ཉོར་འབྲུལ་གཉིས་པ་  
 ནི། སྐད་འབོད་ཀྱིས་རྒྱན་ཏེ་བོད་མི་ ༡༠༧ འཛིན་བཟུང་བྱས་པ། སྐད་འབོད་  
 ཀྱིས་རྒྱན་ཏེ། འདིའི་ནང་གི་རྒྱན་ནི་མིང་ཚིག་ཁོ་ན་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་བྱ་  
 ཚིག་ཡིན་པ་རིག་གཞུང་གི་སྐད་གང་དུ་ཡང་བདག་གིས་། ད་བར་དུ། མིག་  
 དང་ན་བའི་དབང་པོ་དག་གི་ཡུལ་དུ་མ་གྲུབ་ལ། དེས་ན་རིག་གཞུང་སྐད་ཀྱི་  
 འགྲོ་སྤངས་ལྟར་ན། གོང་གསལ་ནོར་བ་ཅན་གྱི་བཟྃ་བའི་ཆ་དེ་ཚུལ་གཉིས་  
 ཀྱི་སྟོན་ནས། ཞུས་དག་བྱ་རིགས་པ་ནི། སྐད་འབོད་ཀྱིས་རྒྱན་བྱས་ཏེ།<sup>26</sup> བོད་  
 མི་ ༡༠༧ འཛིན་བཟུང་བྱས་པ། ཡང་ན། ལྷག་བཅས་མེད་པར་བྱེད་སྒྲིབ་སྟོ་  
 ནས་ཀྱང་འདི་ཉིད་བཅོས་རིགས་ཏེ། སྐད་འབོད་ཀྱི་རྒྱན་གྱིས། བོད་མི་ ༡༠༧  
 འཛིན་བཟུང་བྱས་པ། ལྷ་བྱུལ་དེ་བཞིན་དུ། བོད་ཀྱི་བང་ཆེན། ཤོག་གངས་ ༩



གྲལ་གཉིས་པར། ཡིག་སྒྲིལ་ ༣༠ པར། མོ་ཤས་བཞིས་ཀྱིན་སྟོག་སྟོན་བྱུང་བ།  
ཞེས་པར་ཡང་། མོ་ཤར་གྱིས་བཞིས་པའི་ཀྱིན་གྱིས་སྟོག་སྟོན་བྱུང་བ། ཞེས་  
བཞེད་ན་ཆོག་དོན་གོ་སྟོན་ལོ།

གཞན་ཡང་། དམངས་གཙོ། ༡༩༩༣ ལྷ་ ༡༡ ཆེས་ ༡༥ གྲལ་༡། ཡིག་  
སྒྲིལ་ ༡༧། ༧༢ རྣམས་སུ། ལྷ་པར་ཞེས་པར་ལྷ་པར། གྲལ་པ་ཞེས་པར་གྲལ་བ། དེ་  
བཞིན་དུ། ལྷ་པར་གཞིན་དེབ་གཉིས་པ་ནས་ལྷ་པར་བར་བདག་གི་ལག་ཏུ་སོན་  
པར་པ་ཡིག་བ་ཅུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་མང་དུ་སྒྲུང་ཞིང་། འདི་དག་ཏུ་མ་ཟད། རྒྱ་  
ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ། ཨ་མདོ་སྟོགས་ཀྱི་མཁས་པ་  
འགའ་ཞིག་གིས། སྒར་གྱི་དག་པའི་ཆོག་བརྒྱ་སྟག་མང་པོར་མ་དག་པའི་  
སྟོན་པོར་བྱས་ཡོད་པ་དག་ལས། མཆོན་བྱེད་ཙམ་བཞེད་པ་ནི། སྤུལ་པས།  
ཞེས་པར་སྤུལ་བས་དང་། ཐར་པར་ཞེས་པར་ཐར་བར་དང་། བརྒྱད་ཅུ་པ་  
ཞེས་པར་བརྒྱད་ཅུ་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཞེས་པར་རྒྱལ་པོ་དང་། སྤེ་པ་ཞེས་པར་  
སྤེ་བ་དང་། སྟོང་པ་ཞེས་པར་སྟོང་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་ཞེས་པར་རྣལ་  
འབྱོར་པ་ཞེས་སོགས་པ་ཡིག་བ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་  
ཡང་འདི་དག་གི་ནོར་འབྱུང་འབྱུང་ས་ནི།

ན་རོ་ཡོད་མེད་པ་བ་མ། བདག་པོའི་སྤྱ་སྤྱེ་ག་ད་ན།

བ་མ་ས་དང་དྲག་མཐར་བ། ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། །

བདག་སྤྱ་ཡར་གྱུར་བ་དང་ནི། །ཆ་ལ་པ་ཉིད་སྟོར་བ་ལེགས།

མིང་མཐའི་པ་བའང་པལ་ཆེར་འདྲ། མ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་དང་སྐར། །<sup>27</sup>

ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་ལོན་པར་དེ་ལྟར་བྱུང་བར་སེམས་ཏེ། དེད་

ཀྱི་གྲོགས་པོ་ཨ་མདོ་དག་བཞེས་ཤིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིས། བདག་པོའི་སྤྱ་པ་

སྤྱར་གོང་ནས། སྤྱར་བྱའི་མིང་ཆོག་ལ་ཆ་ཡ་བཅུས་ནས། རོང་ལྷ་བྱ་ལ་རོང་  
བ། ཞེས་པ་བཞོད་པ་མཐོང་བ་དེ་ནི་རྩོད་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཡི་དོན་ནི་བདག་སྤྱར་  
སྤྱར་ཟིན་པའི་རྩེས་ལ་ཆ་ཡ་བཅུ་དགོས་པ་ཡིན་པ་ནི། ལེགས་བཤད་ལྟོན་  
དབང་གི་འགྲེལ་ཚུང་བད་སྤྱོད་ཆོག་གི་སྤྱིང་བྱས།<sup>28</sup> མོས་སྤྱིང་བ། མོས་  
བསམ་སྤྱིང་བ། ཞེས་སོགས་གསལ་བར་གསུངས་པ་ལས་མཁྱེན་བྱབ་བོ།  
ཁོན་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གྱི་སྤར་གྱི་སྤྱེགས་བམ་མང་པོ་དང་། སི་རྟུ་བཅ་ཆེན་  
གྱིས་ནི་བ་ཡིག་བདག་སྤྱར་མི་བཞེད་དོ།

གཞན་ཡང་། བར་ལ་དཔར་ཞེས་སལ་ཆེ་བས་འབྲི་བར་མཛད་པ་དང་།  
ལྷང་གཞིན་དེབ་གསུམ་པའི་ནང་སྤར་ཞེས་བཞོད་འདུག་པ་འདི་དག་བོད་གྱི་  
དཔེ་རྙིང་དག་པ་སལ་ཆེ་བ་དག་དང་མི་འདྲ་ཞིང་དེ་ལྟར་བཞོད་པ་ལ་དགོས་  
པ་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་མི་སྤྱང་བས། སྤར་གྱི་སྤྱེགས་བམ་ཁྱུངས་དག་  
པ་རྣམས་སུ་བར་ཞེས་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་བསྟན་ན་ཡི་གེ་ཅལ་ཅོལ་དུ་མི་  
འགྲོ་བ་ལ་ཕན་ནོ།

ལྷང་གཞིན། དེབ་ ༢ ཤོག་ ༩༢ པར། ས་མཆོམས་ཁག་ལ་སྤྱང་སྤྱོབ་  
དམ་བསྐྱགས་ཤུགས་ཆེ་ཡོད། ཅེས་པར་དགེ་བཤེས་ཆོས་གྲགས་ཆོག་  
མཛོད་དུ། དམ་བྲག་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ལས་དམ་བསྐྱགས་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་  
མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། བོད་ལྗེ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་དམ་བསྐྱགས་ཞེས་  
པ་ཡོད་ཅིང་དམ་བྲག་ཅེས་པ་མེད་པ་དང་། ལྟོན་ཁའི་ཁྱེ་བའི་བོད་དབྱིན་ཆོག་  
མཛོད་དང་། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱགས་དག་རྟུ་གོང་གསལ་ཆོག་གཉིས་ཀ་  
མེད་པས། གཞིགས་འདུག་བྱ་ན། དམ་བྲག་ཅེས་པ་ནི་དམ་པོ་ཆེས་བྲག་པ་  
ཞེས་པའི་ཆོག་བསྐྱས་པ་ལ་དམ་བྲག་བྱུང་བར་སེམས་ཤིང་། དམ་པོ་ནི་ལྟོད་  
པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དྲག་པོ་ནི་ཤུགས་ཆེ་བའི་དོན་དུ་འདུག དམ་བསྐྱགས་

ཞེས་པ་ནི་དམ་པོར་སྒྲོགས་པའི་བསྐྱུས་ཆོག་འདས་པ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་  
བྱས་ན་ཡང་དམ་བྲག་ཅེས་པ་ལས་གོ་དོན་དམན་ཅིང་སྐབས་གཞན་དུ་སྐྱར་  
སྐབས་གོ་དོན་ལེགས་པར་འཕེར་བ་མི་འདུག་པས། དམ་བྲག་ཅེས་པའི་སྐྱ་  
ལེགས་པར་སྒྲོག་མ་ཐུབ་པ་ཞིག་གིས་ནོར་ནས་དམ་བསྐྱགས་ཞེས་བྲིས་པ་  
ཡིན་ནམ་ཞེས་བདག་རང་གི་ནམ་པར་རྟོག་པའོ།

གཞན་ཡང་། དམངས་གཙོ་ ༡༩༩༣༡༡༡༧ པར་ངོས་ ༢ གྲུལ་ ༢༡  
ཡིག་ཤེང་ ༢༡ པར། སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོ་དང་གསལ་པོར་བསྐྱགས་ཡོད་ཅིང་།  
གསལ་པོར་ ཞེས་པ་ཡིག་སྐད་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན། འདི་ལ་ཡིག་སྐད་དུ་  
གསལ་པོར་རམ་གསལ་བར་ཞེས་འདོན་ནོ། །ཞར་བྱང་དུ། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་  
ང་ར་ལ་གསུམ་གྱི་རྗེས་ཀྱི་མིང་མཐའི་བ་ཡིག་ལ་ན་རོ་སྐྱར་ཆོ། བ་ཡིག་དེ་  
ནི་ད་པ་ཡིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། བཟང་བ། དཀར་བ། རྒྱལ་བ་རྣམས་རིམ་  
པ་བཞིན་དུ། བཟང་པོ། དཀར་པོ། རྒྱལ་པོ་ཞེས་གྱུར་པ་ལྟ་བུའོ།<sup>29</sup>

གཞན་ཡང་། དམངས་གཙོ་ ༡༩༩༣༤༡༣༠ པར་ངོས་ ༡ གྲུལ་ ༡ ཡིག་  
ཤེང་ ༩ པར། ལྷ་སར་ཁ་ཆེའི་ལྷ་ཁང་གསར་རྒྱུ་གྲེད་ཀྱི་རེད་ཅེས་སྐད་ཆ་  
བྱང་བཞིན་པའི་སྐབས། འདིར་བྱང་ཞེས་པ་འདས་ཆོག་སྒྲོག་གཞན་དུ་གཡེངས་  
ནས་བྱང་བ་ཡིན་ན་ནི། དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྲེང་བ་མི་དགོས་ལ། དེ་མིན།  
བཞིན་དང་གྱིན་སོགས་ཆོག་གོགས་གྱིས་སྔོན་འཇུག་ག་ད་འ་རྣམས་དུས་ད་  
ལྟ་བར་འཇུག་པར་བྲེད་དེ། ཞིབ་གསལ་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་དང་། དུལ་ཚུ་རྣམ་  
རྩ་བུ་སོགས་ཀྱི་རྟགས་འཇུག་གི་འགྲེལ་པ་དག་ལ་གཟེགས་པར་འཛལ་ཡོ།

གཞན་ཡང་། རྗེས་འཇུག་གི་སྐྱ་གདངས་ཉམས་པར་བསྐྱགས་པས།  
མ་ཟད་ཅེས་པའི་ཆོག་གི་གོང་དུ་ལ་དོན་ར་ཡིག་དོར་ནས། གསར་ཤོག་དང་།  
དུས་དེབ་སོགས་སུ་འབྲི་བ་ཡང་མཐོང་སྟེ། བོད་བང་ཆེན། ༡༩༩༣ ལྷ་བ་ ༧

ཤོག་ ༧ གྲལ་ ༢ ཡིག་ཐེང་ ༡༥ ཨ་རི་ཁྱོད་ཁྱེད་མིམ་ཐེལ་བཅས་སོ་  
 སོར་ཞབས་སོར་འཁོད་ཀྱི་མ་ཟད། ཅེས་དང་། ཤེས་བྱ། ༡༩༩༢ ཟ࿳་ཟ࿳་བཅུ་པ།  
 ཤོག་ ༢ ཡིག་ཐེང་༢ ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཐད་དག་སྒོ་བ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཟབ་  
 མོ་ཞིག་བྱུང་བ་མ་ཟད། ཅེས་དང་། དམངས་གཙོ་ ༡༩༩༣༥༡༢༠ པར་དོས་ ༧  
 གྲལ་ ༢ ཡིག་ཐེང་ ༡༧། མཚན་སྟན་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཅེས་པ་འདི་དག་ལ་  
 སྒར་གྱི་རིག་གཞུང་གི་སྐད་དང་མཐུན་པར། རིམ་པ་བཞིན་དུ། འཁོད་ཀྱི་མ་  
 ཟད། བྱུང་བར་མ་ཟད། ཡོད་པར་མ་ཟད། ཅེས་དགོད་དགོས་པར་མཐོང་སྟེ། དེ་  
 ཡང་སྒར་གྱི་དཔེ་འགའ་ཞིག་མཚོན་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་ནི། དེ་ལྟར་དུ་མ་ཟད་  
 འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས།<sup>30</sup> དེར་མ་ཟད།<sup>31</sup> ཅེས་དང་། མཆེད་ཟ࿳་ཀྱི་ལ་  
 ཁབ་དུ་དབང་བསྐྱར་བར་མ་ཟད་ཀྱི། བདག་ཡིད་ལྷ་དན་གྱིས་རྣམ་པར་  
 གཞོན་པ་འདི་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་མི་བཅེ་བར།<sup>32</sup> ཞེས་སོགས་སྟེགས་བམ་དཔེ་  
 དག་པ་རྣམས་ལ་གཟེགས་པས་མཐུན་ཐུབ་པོ།

དམངས་གཙོ་ ༡༩༩༣༡༠༡༢ པར་དོས་ ༧ གྲལ་ ༡ ཡིག་ཐེང་ ༣༧།  
 མཁས་དབང་ལེགས་སྐྱར། ཞེས་དབྱིན་སྐད་དང་བོད་སྐད་སྐད་དོན་མཚུངས་  
 པར་བྱེད་པའི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས། གསུང་བཤད་ལ་ལེགས་སྐྱར་ཞེས་བཀོད་པ་  
 ཡིན་ནམ་སྟེ། ལེགས་སྐྱར་ནི། བོད་སྐད་དུ། སྐྱིད་འཛིན་སྐད་ལ་ཡོངས་སུ་  
 བྲགས་པ་ཡིན་པས། ཆོག་འདི་འདྲ་མ་བཀོལ་བར་ཞེས་ཡོད་ན་གསུང་  
 བཤད་དང་། ཞེས་མེད་ན་བཤད་པ། ལེགས་བཤད། རྣམ་བཤད། ཆོགས་བཤད་  
 བཅས་ལས་གང་རུང་ཞིག་བཀོད་ན་མཛེས་སོ།

དམངས་གཙོ་ ཞེས་པའི་དམངས་ཀྱི་ཆོག་དོན་གྱི་སྐོར་ལ་ཉེ་དུས།  
 ལྷང་གཞིན་དེ་བ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་དག་དུ། ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ།  
 རག་ར་རིན་པོ་ཆེ། བསྐྱེད་འབྱུང་མཚོག་བཅས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟྱོ་

སྤྱི་མཐུན་པར། སྤྱོད་པ་སྤྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་བྱིས་ཚོམ་དེ་དག་སྤྱི་བོད་ཀྱི་  
 རིག་གཞུང་གཞིགས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་ཅན་གྱི་མཁས་པའི་གསུང་དུ་སྤྱང་  
 ཡང་། དམངས་དང་། མང་ ཞེས་པའི་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན་ཙ་མ་ཉིད་ནས་  
 ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཞིབ་གསལ་བཤད་པ་མ་མཐུན་པའི་རྒྱུ་གྱིས། སྤྱོད་པ་ཕྱི་  
 མར་ མང་ ལས་མཆེད་པའི་ དམངས། ཞེས་པའི་འགོ་བཙུག་པོ་དེ་ནས།  
 མང་དང་དམངས་གཉིས་ཆོག་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱབ་བྱེད་ལ་ཙུང་པ་  
 སྤྱོད་པ་འབྲི་བའི་གྲགས་རྟེན་ཅིང་། །མཁས་པ་འདི་ཡི་བཙུག་པ་མང་པོ་དང་  
 ཡི་གེ་འགྱུར་སྤངས་ཀྱི་དཔེ་བཙུག་སྤྱོད་པ་གསར་པ་སྤྱི་བོད་ཀྱི་  
 སྤྱོད་པ་ལས། འདི་ཉིད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་འཇུག་པ་ཡངས་པ་བསྐྱུགས་  
 བསྐྱེད་ཞུ་འོས་སུ་མཆིས་ཀྱང་། མང་དང་དམངས་ཀྱི་ཙ་མའི་ཆོག་གི་འབྱུང་  
 གྲུངས་གཅིག་དུ་བཞེད་པ་དང་། ལྷག་པར་དམངས་གཙོ་ཞེས་པའི་ཆོག་མང་  
 ཞེས་པའི་ཆོག་གི་ཆབ་དུ་ཐོག་མར་འགོད་པ་པོ་དག་ནི། སྤྱི་བོད་ཀྱི་  
 རིག་གཞུང་རྣམས་སུ་གསལ་བའི་དམངས་ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་ལ་ཐོས་  
 བསམ་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་གིས་དཔེ་བཙུག་པ་མཐུན་སྟེ། བོད་རིག་གཞུང་གི་སྤྱད་དུ།  
 དམངས་དང་མང་གཉིས་ཆོག་དོན་གཉན་ནས་མི་འདྲ་སྟེ། དམངས་ལ་  
 དམན་དང་། དམའ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་མཆིས་ཀྱི་མང་གི་གོ་དོན་མ་མཆིས་སོ།  
 །དེ་ཡང་དམངས་སོགས་ཆོག་གསུམ་པོ་དེ་དག། སྤྱི་མ་སྤྱི་ཚུལ་མི་འདྲ་  
 བར་མ་གཏོགས། ཙ་མའི་འབྱུང་གྲུངས་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བོད་པ་ཅན་པོ་  
 ཁྱི་ཕྱེ་སྤྱོད་བཙུག་གྱི་སྤྱི་རིང་ལ་སྤྱི་བཤད་གཞིར་བཟུང་སྟེ། བོད་སྤྱད་དུ་ཆོག་  
 གསར་དུ་སྤྱད་པ་ལ་འགྲན་ཆུ་མ་མཆིས་པ་འཕགས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོགས་པའི་ལོགས་སྤྱི་དང་བོད་སྤྱད་ཀྱི་ཆོག་མཐུན་ཏེ། རྩེ་བྲག་  
 རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་དང་། ཡར་ལུངས་ལོ་ཙ་བ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆན་དང་།

སི་དུ་པཎ་ཆེན་སྟེ། ལོ་ཙ་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱ་ཁྱི་ལྷ་པར་བསྐྱར་བའི་མངོན་  
 བཟླ་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྱུར་གཉིས་དང་། བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་གཞུང་ལ་  
 ཆོད་མར་གྱུར་པ་ཞུ་ལོ་ཙ་བ་འིན་ཆེན་ཆོས་སྦྱོང་བཟང་པོའི་དགའ་ཡིག་ཟ་  
 མ་དོག་བཅས་སུ། རྒྱ་གར་དུ་མི་ཡི་རིགས་མཐོ་དམན་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཡོད་  
 པ་ལས། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་རིགས་དམའ་ཤོས་དེ་ལ་དམངས་རིགས་  
 སྟེ། རིགས་དམན་ཞེས་རིགས་དམའ་བ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བོད་སྤྱད་དུ་  
 ལོ་པཎ་རྣམས་ཀྱིས་མིང་ཆོག་སྤྱན་པར་མཛད་དེ། འཆི་མེད་མཛོད་དུ།  
 དམངས་རིགས་རིགས་དམན་ཆོས་གཅོད་དང་། བྱིན་བ་སྦྱེས་པོ་ཞེས་བ་  
 རྣམས་མིང་གི་རྣམས་གྲངས་སུ་བཀོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། དགའ་ཡིག་ཟ་  
 མ་དོག་དུ། དམག་དཔོན་དམངས་རིགས་དམན་པ་དང་། མཐོ་མིན་དམའ་  
 དང་ཁ་དོག་དམར། ཞེས་པའི་དམངས་རིགས་ཀྱི་རྗེས་ཐོག་དེ་མ་ཐག་དུ།  
 དམན་པ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཆོག་སྤྱ་མ་དམངས་དང་དོན་གཅིག་ཡིན་པ་གསལ་  
 བྱེད་དང་། ད་ཡིག་སྤྱན་འཇུག་གི་དཔེར་བཟོད་གཉིས་ཀའི་ཆེད་དུ་བཀོད་པ་  
 དང་། དེར་མ་ཟད་གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་རྗེ་བཙུན་མེད་མདའ་  
 བ་གཞོན་ཏུ་སློབ་གྲྲིས་ཀྱིས། བཤེས་སྤྱིང་གི་འགྲེལ་པར། དམངས་རིགས་ཞེས་  
 པ་དེ་ཉིད་སྤྱད་རིགས་ཞེས་བསྐྱར་བཅོས་མཛད་ཅིང་།<sup>33</sup> དེ་ཡང་དམངས་  
 ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་ལ་སྤྱད་དམ་དམན་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་  
 མཛད་ཐུབ་པ་ཡིན་གྱི། དམངས་ལ་མང་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་ག་  
 ལ་མཛད་ཐུབ་སྟེ་མི་ཐུབ་པོ། གཞན་ཡང་རྗེ་ཤར་ཚོང་ཁ་བ་སློབ་པཟང་གྲགས་  
 པའི་ཞབས་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆེན་མོ།  
 འཕགས་ཡུལ་གྲུ་རྩ་ཆ་སྤྱིའི་བར་མ་ཤོག་གྲངས་བཞི་བརྒྱ་པ་ན། རྟོག་གེ་  
 འབར་བའི་ལྷུང་དྲངས་པ་ལས། དཀའ་ཐུབ་དངོས་པ་ལ་སོགས་པས་

དམན་པའི་དམངས་རིགས་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ།  
།གཞན་ཡང་དམངས་དང་། དམན། དམའ་ཞེས་པ་ཆོག་གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་  
ཇེས་འཕྲག་ཙམ་འབྱུར་བར་མ་གཏོགས་ཐོན་འཕྲག་དང་མིང་གཞི་དག་རང་  
སོར་གནས་པ་ཡོད་པས། དམངས་ལ་མང་གི་གོ་དོན་མེད་པར་བྱུབ་སོ། །

ཕྱི་འབྲམ་མཆོག་གིས། ངག་ ཅེས་པ་ལས་དངགས་ཞེས་པའི་མིང་  
ཆོག་མཆེད་པ་སོགས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་བཀོད་པ་དག་བདེན་ཡང་། ཐམས་  
ཅད་དུ་དེ་ལྟར་བཀོད་དུ་མི་རུང་བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཆོག་མང་པོ་ཡོད་  
པ་ཡང་སྐབས་འདི་དང་། སྐབས་གཞན་དུ་ཡང་མཁྱེན་དགོས་སོ། །དཔེར་ན།

གཞན་ཡང་བས་འཕུལ་ཅན་སལ་ཆེར། །བྱེད་པ་པོ་ནི་ད་ལྟ་དང་།  
བྱ་ཡུལ་མ་འོངས་པར་བསྐྱས་ནས། །འདས་ལ་བས་འཕུལ་ཡང་འཕྲག་ཡོད།  
ད་ལྟ་བལ་གཉིས་ཀ་མེད། །མ་འོངས་འཕུལ་མེད་ཡང་འཕྲག་ཡོད།  
སྐུ་ཆོག་འཕུལ་མེད་ཡང་འཕྲག་ཡོད། །སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐུ་ཆོག་ལ།  
ས་རྒྱུང་སྐར་བས་ཐུས་པའང་ཡོད། །<sup>34</sup>

ཅེས་གསུངས་པ་སྐྱེ་མཆན་དུ་བྱས་ཏེ། དེ་ནི་དེ་གི་གསུང་སལ་ཆེར་ཞེས་པར་  
ཡང་མ་བསམ་པར་ཐུན་སྐུལ་དུ། འགའ་ཞིག་གིས་སྐུལ་གྱི་འདས་ཆོག་དུ་  
བསྐུལ་ཅེས་དགོད་པར་བྱེད་པ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་བཞིན་སོ། །

ཞར་བྱང་ཕྱི་ལོགས་པའི་མིང་ཆོག་ཅི་རིགས་པ། བོད་ཀྱི་ཡི་གེར་འབྲི་  
དགོས་པ་ན། ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་། སྐྱ་གདངས་ཇི་ལྟ་བུ་འཐོན་པར་  
དཀའ། དེས་ན་ཕྱི་ལོགས་པའི་མིང་ཆོག་ལ་མེད་པའི་བོད་སྐྱའི་ར་མགོ་ལ་  
མགོ་ས་སྒྲོ་དང་། ཐོན་འཕྲག་སོགས་མ་བཀོད་པར་ཕྱི་ལོགས་པ་རང་གི་ཡི་

གོ་ཐོབ་ཐང་བཞིན་བཞོད་ན། རོན་ཆེ་སྟེ། དེ་མིན་གོང་དུ་གསལ་བ་བཞིན་མོ་  
 རས་བཞིས་པ། ཞེས་པ་ལ་དཔེར་མཆོད་ན། མོ་ཤིན། ཉི་མེ་སྐད་དུ། ལྷགས་  
 བཟ། སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པས། མཐའ་གཅིག་དུ་སྐྱུམ་འཁོར་གྱི་དོན་དུ་མི་གོ་  
 བས། ཡི་གེ་འཐོབ་སྤངས་ལྟར་མོ་ཤིན་ཞེས་སོགས་འབྲི་ན་ལེགས་པར་  
 མཐོང་། ལྷ་གར་གྱི་མིང་ཆོག་གང་ཡིན་པ་ཆེ་བ་ནི། སྟོན་གྱི་ལོ་ཤེས་ན་མས་  
 གྲིས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་ཟེན་པས། འབད་བཙོན་ཅུང་ཟད་གྲིས་ཤེས་  
 ཟུབ། དེ་མིན་ཕྱི་ལོགས་པའི་མིང་ཆོག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འབྲི་བ་པོར་རང་  
 གིས་ལེགས་པར་མ་ཉན་པར་ཕྱེད་གོ་ཞིང་། ཕྱེད་མ་གོ་བར། ཤེས་བྱ་དང་།  
 དམངས་གཙོ་དག་དུ། ཡོ་ག་ཞེས་དགོད་དགོས་པ་ལ་ཡོ་ལྷ་ཞེས་བཞོད་པ་  
 དང་། སྐུ་ཞེས་པ་ལ་སྐུ་ཅེས་སོགས་འབྲི་བ་ནི་ཉི་མེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་  
 ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་དག་གི་ཡང་བཞད་གང་གྱི་གནས་སུ་འབྱུང་། དེས་ན་ཕྱི་  
 ལོགས་པའི་མིང་ཆོག་ཀུན་ལ་བོད་སྐད་དུ་འབོད་སྤངས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་  
 ཐོན་ཀྱང་། ཡི་གེ་ཐོབ་སྤངས་བཞིན་དུ་བྲིས་པ་ཡིན་ན། ཡི་གེ་ཐོབ་སྤངས་ཀྱི་  
 སྟོན་ས་ཆོག་དོན་ངོས་གཟུང་སྟེ་བ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་ཡང་ཆོག་དོན་དེ་  
 དག་གི་སྟོར་ལ་ཡང་། འཛོལ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞིགས་འཇུག་བྱེད་མཁན་འདྲ་འབྱུང་  
 ན་ཡང་། ཡི་གེ་ཐོབ་སྤངས་མ་ཉམས་པ་ལ་བཞེན་ནས། ཅད་གཅད་ཟུབ་པ་  
 སོགས་ཀྱི་ཕན་པ་འབྱུང་ངེས་ཏེ། དཔེར་ན། རྣ་བེལ་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་འདི་  
 ཉིད་དབྱིན་ཡིག་དུ། Nobel ཞེས་དང་། བེལ་ལ་ ཀལིན་ཏོན། ཞེས་པ་ Bill  
 Clinton ཞེས་པ་ལྟ་ལོ།

དེ་མིན་བོད་ཀྱི་བར་ཆེན། ༡༩༩༣། ཟླ་བ་ ༧། མདུན་ཤོག་ ཡིག་ཕྱེད་ ༧  
 པར། རྟེན་གཤམ་ཆོན། བ་ལ་ཉ་བཏགས་པ་ནི་བོད་སྐད་འདོན་མཁས་པ་ཞིག་  
 གིས་ཉ་ཡིག་བསྐྲགས་པ་དབྱིན་སྐད་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེར་མ་



ཟད་མིང་ཆོག་དེ་སྤྱི་ཡིག་ཏུ་པབ་པ་ན། Bhil Cilinton ཞེས་པ་  
ལྷ་ཕྱར་འབྱར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། བེས་བྱ་དང་། དམངས་གཙོ་གསར་ཤོག་  
ཏུ། རོ་སྤེལ་ཞེས་པ་ Nosbel དང་། སྤོ་བཟེ་ནི་ཡ། ཞེས་པ་ Sbobziniya  
ཞེས་པར་འབྱར་བར་མ་ཟད། སྤར་སྤོལ་བཞིན་དུ་བོད་ཡིག་དག་པོར་འདོན་  
པ་པོ་ཞིག་གིས་གསར་ཤོག་དེ་དག་ཏུ་བཀོད་པ་བཞིན། འབྲི་བ་པོའི་ཞེ་འདོད་  
ལྷར་ག་ལ་འདོན། མཐའ་གཅིག་ཏུ་མི་འདོན་ནོ། །དེས་ན་འདོན་སྤངས་ལ་  
ངེས་པ་མེད་པར་དེ་ལྷར་འབྲི་བ་ལས་ཡི་གེ་ཐོབ་ཐང་བཞིན་དུ་འབྲི་ན། སྤར་  
ཕྱི་ལོགས་པའི་མིང་ཆོག་དེ་དག་རང་སྤྱི་ཡི་གེར་པབ་པ་ན་མིང་གང་དང་  
གང་ཡིན་པ། མ་བསྐྱག་པར་ངོས་འཛིན་ཐུབ་པའི་དགོས་པ་ཡང་མཆིས་སོ།།

རང་ཅག་ནམས་ཀྱིས་འབྲི་བ་ན་ཡི་གེ་མ་དག་པ་མང་པོ་འབྱུང་བའི་  
རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་མ་དག་པར་འདོན་པ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། ཡི་གེ་འབྲི་བ་དག་  
པ་འབྱུང་བ་ནི་ཡི་གེ་དག་པར་འདོན་པ་ལ་རག་ལས་པས། བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོན་  
འཕྲུག་རྒྱུ་འཕྲུག་སོགས་སྤྱི་དག་པ་འབྱུང་ཕྱིར་སྤོག་བསྐྱབ་པའི་རྒྱལ་ལ་  
སུམ་ཅུ་པ་ན་གསུངས་པ་བཞིན་འབད་དགོས་ཏེ། རི་སྐད་དུ།

བསྐྱབ་ལ་བརྩོན་པའི་གང་ཟག་གིས། །དང་པོར་ང་འོ་ནམས་ལ་སྤྱང་།  
ཐོན་འཕྲུག་རྒྱུ་འཕྲུག་མིང་གཞི་གསུམ། སྤོག་གི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །  
རྒྱུ་འཕྲུག་བཅུ་ཡི་སྤྱོར་བ་ནི། མཉན་བསམ་བསྟན་པའི་དོན་དུ་སྤྱང་། །

ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་དག་གི་དོན་ནི། སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གཙུག་ལག་ཆོས་  
ཀྱི་སྤར་བས་འདི་ལྷར་འབྲེལ་ཏེ།

རིག་པའི་རྒྱལ་གང་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་བརྩོན་པས་འཕྲུག་པར་  
བྱེད་པའི་གང་ཟག་ལས་དང་པོ་བ་དེས་ནི་ཐོག་མ་ནིད་དུ་ང་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི་

གེ་རྒྱུ་པ་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་སྤྱེ་གནས་དང་མཐུན་པ་དང་། དབྱངས་ལྡན་  
 རྣམས་ཀྱང་སོ་སོའི་ང་རོ་དབྱེད་ཚུལ་བཅས་ཡི་གེ་རེ་རེ་ནས་སློབ་པའི་སྤྱེ་  
 གདངས་ལ་སྦྱང་བར་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་སྤྱོད་འཇུག་ལྟ་དང་འཕུལ་ཏེན་གྱི་  
 འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་སྤྲུལ་ཅུ་དང་མེས་འཇུག་སྟེ། དེ་གསུམ་ཅི་རིགས་པར་  
 ཆོག་བར་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་བའི་ཚུལ་ཡང་སློབ་ལེགས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་  
 བསྐབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་དང་། སློབ་ལ་བྱང་ནས་མེས་འཇུག་སྟེ་དེར་སྤྱོད་  
 འཇུག་ཀྱང་འདུས་པས་དེ་དག་རྟགས་འཇུག་ནས་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱོད་ནི་གང་  
 ལ་འཇུག་པ། ཡི་གེ་གང་གིས་འཇུག་པ། ཚུལ་མི་ལྟར་འཇུག་པ། དགོས་པ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་སྟེ་རྣམ་པ་བཞིའི་སྦྱར་བ་རྣམས་ནི། རང་ལ་སློབ་ཅིང་  
 འདོམས་པར་བྱེད་པ་པོ་སྤྱོད་མ་སོགས་ལས་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཉན་པ་དང་།  
 ཉན་པ་དེའི་དོན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསམ་པ་དང་། དོན་དེ་རང་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཁོང་དུ་ཅུང་ནས་གཞན་ལ་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་ཏེ་  
 མཁས་པར་བསྐབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

དེང་སང་བོད་ཀྱི་སྤྱེ་གདངས་ཆེས་ཉམས་པའི་རྟགས་སུ་མེས་འཇུག་གི་ཡི་  
 གེ་མང་པོ་ངག་ནས་འཐོན་གྱི་མེད་པ་དང་། མ་ཐོན་པ་དེ་ཡིས་འབྲི་བ་ན་  
 ཡང་ནོར་བ་ཤ་སྟག་འབྱུང་བའི་དུས་འདིར་འདིའི་སྐབས་ཀྱི་ཙ་འབྲེལ་  
 རྣམས་ན་གསུངས་པ་བཞིན་སློབ་བསྐབ་པའི་ཚུལ་ལ་འབད་དགོས་པར་མ་  
 བད། མགོ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱེ་ཡང་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་གདོན་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་  
 རྩ་བཅུན་བསོད་ནམས་ཅེ་མའི་གསུང་།<sup>35</sup> སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གཙུག་ལག་ཆོས་  
 ཀྱི་སྤྱང་བས་ལུང་དྲངས་པ་ལས་ཤེས་སོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟ་སྟེ།

གང་དང་གང་ལ་གང་བཏགས་པ། །གོ་རིམ་བཞིན་དུ་གནས་ནས་དབྱུང་།  
དེ་ལ་ར་མགོ་ཕྱེ་ཅེ་ར་འདར། །ལ་མགོ་ཕྱེ་སྟོད་ཀྱི་ཡང་བསྐྱེད། །

ས་མགོ་སོ་ཡི་བར་ནས་དབྱུང་། །ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཤེས།  
གལ་ཏེ་མ་ཕྱིན་གྱུར་པ་ནི། །ཡི་གེ་ཕུལ་ཞིང་བཅོལ་བར་བྱ། །

དཔེར་ན་གྲ་ལ་ག་རའམ། །སྒྲ་ལ་སྒྲ་ར་ཇི་བཞིན་དུ།  
དེ་ནས་འཕུལ་བ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །གས་འཕུལ་ཐོག་མ་ཀན་ནས་དབྱུང་། །

དས་འཕུལ་ཕྱེ་ཅེ་སྟོད་པ་ལས། །བ་མས་འཕུལ་བ་ཐོག་མར་ནི།  
མཚུ་བཅུ་མ་བ་ལས་བྱད་པར་སྒྲ། །འས་འཕུལ་གྱི་བའི་ཕྱག་ནས་དབྱུང་། །

ཕུལ་ཞིང་བཅེགས་པའི་ཡི་གེ་ཡང་། །གོ་རིམ་བཞིན་དབྱུང་མ་ཕྱིན་ན།  
འདི་ཡང་ཕུལ་ཞིང་བསྐྱབ་པ་སྟེ། །མཁུ་ལ་མཁུ་ར་ཇི་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་མིང་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་དག་ཆ་དང་། །སྒྲ་གདངས་སོགས་ལེགས་པར་  
སྦྱངས་ཏེ། །སྒྲ་དག་པ་དང་གིས་དག་པ་ཞིག་གི་བོད་སྐད་ཀྱི་སྟོན་ནས། །བོད་ཁ་  
བ་ཅན་པའི་སྟེ་དགུ་ཀུན་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བྱུང་སྟེ། །དཔེར་ན། །ཤར་ཕྱིན་སོགས་  
ཀྱི་མདོ་རྣམས་ན་འདོང་བ་ཞེས་པ་འགྲོ་བའི་དོན་དང་། །བཞད་གད་ཅེས་པ་  
ཀྱུལ་ཀའི་དོན་ཡིན་པ་སོགས་ཆོག་མང་པོ། །སྤུལ་ཏིའི་ཡུལ་དུ་ད་ལྟ་ཡང་  
པལ་སྐད་དུ་ཡོད་པ་དང་། །དེ་བཞིན་ལ་དྲགས་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་དག་ཏུ་  
མེད་པའི་མིང་ཆོག་མང་པོ་དབྱས་སྐད་དུ་བཤམ་རྟིང་ལྟ་བུར་ཡོད་པ་སོགས་

རོན་དུ་བརྟེན་མིང་གི་མིང་ཆོག་པལ་ཆེ་བ་གངས་ཅན་པའི་ཡུལ་གང་པོར་  
 བཀའ་ནས་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་མངོན། དེ་ཡང་བོད་མཐའ་མཆོམས་གང་ཡིན་ན་  
 གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་སྟོན་གྱི་སྐྱ་གདངས་པལ་ཆེར་བྱར་མ་ཆག་པར་  
 འདོན་པས། དེ་དག་དང་གོ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ། དེ་དག་གིས་འབོད་སྐྱངས་བཞིན་  
 གྲོག་ཚུལ་སྤྱད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེས་པར་དུ་རང་གི་ཡི་གེའི་དག་ཆ་ལ་  
 ཡང་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་འོང་ངེས། དབྱས་གཙང་གི་སྟོབ་གྲ་བ་རྣམས་ལས།  
 ཨ་མདོ་བའི་སྟོབ་གྲ་བ་རྣམས་ཡི་གེའི་དག་ཆ་ལ། ཡིག་རྒྱགས་སྐབས་སུ།  
 ལེགས་པར་འབྱུང་གིན་ཡོད་པ་བདག་གིས་དབྱས་པ་སྟོབ་གཉེར་བ་ཞིག་  
 ལས་དངོས་སུ་ཐོས། ཨ་མདོ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷང་དག་དུ་པལ་ཆེར་ཆོག་  
 མང་པོ་སྐྱ་གདངས་མ་ཆག་པར་ཡོད་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 རམ་སྟུན། དེ་ཡང་སི་དུ་པམ་ཆེན་གྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། ཁམས་སྟོགས་  
 ཀྱི་མཐའ་ཨ་མདོ་དང་རྒྱལ་མོ་རོང་སོགས་བྱང་ཤར་གྱི་རྣ་རྣམས་སུ་འབོད་  
 པའི་སྐྱེ་བོ་དག་ལའང་གྲོང་ཉམས་ཆེ་ཙམ་ལས་འབྲལ་རྟེན་སོགས་ཀྱི་བྱར་  
 དག་པ་འདོན་པ་འབྱུང་བར་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུག།<sup>36</sup> ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 སྐྱ་གདངས་མ་ཉམས་པར་འདོན་པས་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དག་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད་  
 པ་ནི། ལ་དྲགས་པ་ཀུན་ལ་སྤུལ་ཏིའི་པལ་སྐྱད་དེ་ཉིད་ཡི་གེ་དག་པོར་འབྲི་  
 བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། དེས་ན་དེང་སང་དབྱས་གཙང་སོགས་  
 བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྷང་མང་པོར་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་བྱར་མང་པོ་ཉམས་པས།<sup>37</sup>  
 མགོ་ཅན་དང་ཡང་འཇུག་དག་ལྟ་ནི། རྒྱུ་འཇུག་མང་པོའི་སྐྱ་ཡང་མགྱིན་པ་  
 རས་འཐོན་དཀའ་བས། ཡི་གེ་དག་ཆ་བྱངས་དག་པར་གྲོག་པ་དང་འབྲི་བ་  
 ལ་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལ་དྲགས་གཤམ་སྟོགས་སོགས་བོད་ཀྱི་  
 མཐའ་མཆོམས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་དག་གི་འབོད་ཚུལ་ལ་ཡང་སྤྱད་དགོས་པའི་དུས་

ལ་འབབ་འདུག་ཅེས་པ་ཡང་སྤང་བར་འཆར་ཞིང་། མཁས་དབང་དག་འདུན་  
ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བདེ་ཉིང་སྤང་འདོད་ན་ལྟོ་ཆུ་མིག་བརྒྱ་ཙམ་འགྲོ་དགོས་པ་  
འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡང་ཉམས་སྤོང་ཅན་གྱི་གསུང་ཆད་མཐོ།

དེས་ན་བདག་ཅག་ནམས་ཀྱི་ནམ་འབྲེན་སྒྲ་ན་མ་མཆིས་པ། གཞི་རིག་  
སྤྱེད་མཐོན་ཕྱག་ན་པོ་འདི་ཐུགས་ཇེ་འཛིན་གྱི་སྤྱེད་མཐོན་གྱིས། རིང་པོར་མ་  
ཐོགས་པར་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་སྐད་ལ་ཕྱོད་བྱོན་ལོ་པཎ་ནམས་དང་  
མཚུངས་པའི་སྐད་རིགས་མང་པོར་སྤངས་པའི་མཁས་པ་མང་པོ་འབྱུང་བ་  
དང་། གསར་ཤོག་དང་དུས་དེབ་སྤྲིག་པ་པོ་ནམས་གྱིས་ཀྱང་གོང་གསལ་ཡི་  
གོ་ནོར་བ་ནམས་ལ་སེལ་བ་མཛད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ཇི་སྐད་དུ།

རྫོགས་ན་སྤྱར་བསྟའི་སྤྱི་ནམས་སྤྱོད།

ཞེས་སུ་མ་ཅུ་པ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར། རྫོགས་ཆོག་མོགས་ཕྱད་ནམས་དང་།  
ཉལ་གས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནས་བསྐྱུན་པའི་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དང་། མིང་  
མཐའ་མོགས་གྱིས་ལེགས་པར་བརྒྱན་ཏེ། རིག་གཞུང་སྐད་དང་འགལ་བ་མ་  
ཡིན་ཅིང་། བོད་གངས་ཅན་པ་སྤྱི་འདི་སྐད་དུ། ས་གནས་མཐའ་དག་གི་སྤྱི་པོ་  
ཀུན་གྱིས་བདེ་སྤྱོད་དུ་གོ་བྱུང་པའི་སྤྲེགས་བཅ་མང་པོ་དང་། གསར་ཤོག་  
དང་དུས་དེབ་ཀྱི་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་གཡུར་ཟ་བའི་དཔག་བསམ་  
གྱི་སྤྱོད་པའི་དབང་པོ་དུ་མ་བོད་གངས་ཅན་པའི་སྐད་ཀྱི་སྤྱོད་མོས་ཆལ་དུ་  
སྤྱི་བའི་འདུན་པ་བཟང་པོས་བསྐྱུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། མར་ཡུལ་པ་སྤོ་བཟང་  
འཇམ་དཔལ་གྱིས། ཨ་རིའི་གོང་ཁྱེར་ནེ་ཕ་ཡོར་ཀ་ནས། ༡༩༩༣ ལྷ་ ༡༨ ཆོས་  
༤ ལ་བོད་ཇེ་མི་མངས་ལ་སྤུལ་པའི་སྨྱིང་ཡིག་འདི་ཡི་སྒྲོ་ནས། གངས་ཅན་སྐད་

ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་མོ་དབང་ས་ཅན་མ་ལ་གྲུས་བཀྱར་ཞུས་པའི་དགེ་བས། གཤམ་  
 ཅན་མགོན་པོ་ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་། གང་གི་མཛད་འབྲིན་བཟང་པོས་  
 གངས་ཅན་སྐྱེ་དགུ་ཀྱན། བན་པ་དང་བདེ་བའི་ལམ་བཟང་པོར་བཀྱིས་པ་  
 བཞིན་དུ། བཀྱ་ཤིས་པའི་<sup>38</sup> ལམ་ལ་འཇུག་པར་ཤོག་ཅིག །

1. སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནས་པར་སྐྱང་བའི་རིམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱིང་ཡིག། མཛད་པ་  
 པོ། སློབ་དཔོན་དག་ལས་རྒྱལ་བ་གསང་བ། སྐྱར་བ་པོ། ཨྱ་ཁྱུ་དུ་ལོ་པ་དང་།  
 ལོ་ཙ་བ་དགོ་སྤྱིང་ཆོས་ཀྱི་ཤེས་རབ། ཆོགས་བཅད་ ༩ དང་ ༡། འདི་རྗེས་ཀྱི་  
 གཞུང་དཔེ་དག་གི་མཇུག་དུ། མཛད་པོ་དང་སྐྱར་བ་པོ་ཞེས་རེ་རེ་བཞིན་གྲིས་  
 མེད་པས། འདི་ལ་གཞིར་བཟུང་ནས་གཞན་དག་ལ་ཡང་དེ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་  
 དུ་མཁྱེན་པར་འཆལ།
2. ལེགས་པར་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར། ས་པཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆན། རབ་  
 ༡། ཆོ་ ༢༢
3. དབྱ་མ་ཙ་བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཤེས་རབ་ཅེས་བྱ་བ། སློབ་དཔོན་སྐབ་སྐབ་  
 རྩོན་གཞུ། ཅོག་རོ་སྤྱི་རྒྱལ་མཆན། རབ་ ༢༧། ཆོག་ ༡༠
4. སྙན་ངག་མེ་ལོང་མ། དབྱག་པ་ཅན། སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་ཀ་ར། ལོ་ཙ་བ་ཤོང་སྟོན། ལེ་ ༡།  
 ཆོ་ ༧
5. བོད་ཀྱི་བཤའི་བསྟན་བཅོས་ལེགས་པར་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆེ་མ་ཉོག་བཞོད་  
 པ། ཞ་ལུ་ལོ་ཙ་བ་རིན་ཆེན་ཆོས་སྤྱིང་བཟང་པོ། ལ་དུགས་གྲིས་མ། མདུན་ཤོག  
 ༩༡།

6. གཞན་དག་གིས་དུས་རབས་ཞེས་འབྲི་ཡང་། དེ་ལ་བརྒྱ་ཞེས་པའི་གྲངས་ཀ་  
མ་བཞེད་པར་སྤྱི་མཆོངས་ལྟར་དོན་སྟོན་པ་མེད་པས། འདིར་ལོ་བརྒྱ་རབས་  
ཞེས་པའི་ཆོག་དབྱིན་སྐད་སོགས་དེ་ཡི་སྐད་དོད་དང་དོན་འདྲ་བ་ཡོད་པ་  
བཞིན་ཆོག་དེ་གསར་བསྐྱུན་བྱས་སོ། །
7. རྒྱལ་རབས་དེ་བ་ཐེར་དཀར་སོ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་མཆོག་ ༡༩༧༧ ལྟ་  
ཤེས་རིག་པར་ཁང་། ཤོག་ ༡༠༧ དང་ ༧
8. གོང་གསལ་ཤོག་གྲངས་ ༡༠༩ ནས་ ༧ དག་ན་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། དེས་ན་ད་  
དུང་ཡང་རང་རེ་ནམས་ཇི་སྤྱད་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཐ་སྟེན་དང་ཆོས་སྐད་ལ་ཆ་  
འཛིག་བྱེད་པ་དེ་སྤྱད་དུ་བོད་ཡུལ་ཡོངས་ཇོགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་གཅིག་ཏུ་གནས་  
པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེར་ན་ཆོས་སྐད་དུ་བྲིས་པའི་སྒྲེགས་བམ་ཞིག་མངའ་རིས་ནས་  
ཨ་མ་དོའི་བར་དུ་འབྲེར་ཡང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོགས་ཤིང་གོ་ཐུབ་པ་ཡིན།
9. འདི་ལ་གཞན་དག་གིས་རིགས་གཅིག་རྒྱུད་འཛིན་ཞེས་འབྲི་ཡང་། ཆོག་འདི་  
ལ་བརྟག་གཞིགས་བྱས་ན། དབྱིན་སྐད་དང་ལེགས་སྦྲར་སྐད་སོགས་ཀྱི་སྐད་  
དོད་ཀྱི་དོན་མ་ཆང་བས། དེ་དག་གི་སྐད་དོད་བཞིན་འཛུལ་སྦྱབ་ཅས་གསར་དུ་  
བསྐྱུན་ནོ། །
10. དག་ཡིག་གཅེས་བསྐྱུས་འབྲུལ་སྤོང་། ཨ་ལག་གི་བསྟན་དར། མདུན་ཤོག་  
གྲངས་ ༡༢ ། ཨ་ལག་གི་བསྟན་དར་ནི་ལོ་བརྒྱ་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་དཀྱིལ་  
ཅམ་ལ་ཉར་སོག་གི་ཡུལ་དུ་འབྱུངས་ཤིང་། བོད་དབུས་སུ་བྱོན་ཏེ། གཞུང་  
ལུགས་མང་བོར་གསན་བསམ་ལེགས་པར་མཛད། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་  
ཉམས་པ་ཐུགས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་ལ་སྦྱ་ཆེ་རྒྱུ་ལོར་ཐུགས་  
འདྲིས་མཛད། སུམ་རྟགས་དང་། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་བཅུད་པ་སོགས་བོད་སྐད་ཀྱི་  
སྒྲ་འོས་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྐད་དམ་རིག་གཞུང་སྐད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་  
བསྟན་བཅོས་ཆད་ལྟར་མང་པོའི་ཚུམ་པ་པོ་ཡིན་ཅིང་དགྲང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་  
གྲངས་བཞུགས་པར་མངོན་ནོ། །

- II. ས་བཟང་མ་དེ་པཎ་ཆེན་གྱི་གསུང་འདི་ནི་ཨ་ལག་ཤ་བསྟན་དར་གྱིས། ཡི་གེའི་བཤད་པ་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན། ལྷ་འབྲུམ་པར་མ། རྒྱུ་ཤོག་ ༢༠ ལ་བཞེད་དོ། ས་བཟང་མ་དེ་པཎ་ཆེན་ནི་ལོ་བརྒྱ་རབས་བརྒྱ་བཞི་པའི་ནང་གི་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་འབྲན་ཆེན་གྲུབ་བ་དག་གི་གས་ཡིན། གང་གི་བྱང་དུ་རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཙོང་ཁ་པས་ཀྱང་ཆོས་བཀའ་ཅི་རིགས་པ་གསན། ཅེས་མཁས་གྲུབ་རྩེས། རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཕྲུག་དོགས་སུ་བྲིས། མ་དེ་པཎ་ཆེན་གྱི་མཆན་དངོས་མ་ནི། གསུང་ཙོམ་འགའ་མེད་མཛད་བྱང་དུ་སློབ་གྲོགས་རྒྱལ་མཆན་དང་། ཡང་འགའ་མེད་མཛད་བྱང་དུ་འཇམ་དབྱངས་སློབ་གྲོགས་ཞེས་གསལ་ཞིང་། དམ་པ་འདི་གསུང་འབྲུམ་སྟེགས་བམ་ཉི་ཤུ་ཙུང་ས་ཡོད་པ་གོ་ཐོས་བྱང་ཡང་། བདེན་མིན་མི་ཤེས། མངོན་པ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་དང་། སྟོད་འཕྲུག་འབྲེལ་པ། ལྷ་ཀ་ལ་པའི་འབྲེལ་པ་རྣམས་པར་དུ་བཞེད་པ་དཔེ་མཛད་ཁང་ཆེ་བ་དག་ན་མཇལ་བྱུང་གོ།
12. རྒྱལ་དབང་བརྒྱད་པའི་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་ལྷ་ནས། ཞེས་གསུང་ཆོས་ཀྱི་སྐབས་ཁྲོམ་བཤད་དུ་སྟོལ་གྱིན་འདུག་པ་བདག་གིས་དངོས་སུ་ཐོས་སོ། ཞེས་ཨ་ལག་ཤ་བསྟན་དར་གྱིས། ཡི་གེའི་བཤད་པ་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན། རྒྱུ་ཤོག་ ༩ པ་ན་བཞེད་དོ།
13. བྱང་རྒྱལ་མེས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་འཕྲུག་པ། རྒྱལ་སུས་ཞི་བ་ལྷ། ལོ་ཙ་བ་བཞེ་དཔལ་བཅེགས་སོགས་ཀྱིས་བསྟར་པ། ལེ་ ༡༡ ཆེ་ ༧༤
14. རྩེ་བཙུན་སྤྱ་མ་ཙོང་ཁ་པས་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཆེན་སོར་གསུངས་སོ།
15. ཡི་གེ་ཙམ་ལ་དབྱེད་པ་ཞིབ་འཕྲུག་འདིས།  
བསམ་གཏན་པ་ཡི་རྣ་བ་སུན་པར་བྱེད།  
སྤང་ཞེན་ལོག་པའི་ཡིད་དོར་ཀུན་རྩོབ་ཆོས།  
ཕལ་ཆེར་ཆེར་མར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནས། །  
ཅེས་ཨ་ལག་ཤ་བསྟན་དར་གྱིས་ དག་ཡིག་གཅེས་བསྟུས། ལྷ་འབྲུམ་པར་མ།  
མདུན་ཤོག་ ༡༧ ཡིག་ཐྱིང་༡ པར།



16. གཞོན་ནུ་ཟླ་མེད་གྱི་གདམ་གྱིད། ཆོ་རིང་དབང་གྱུལ། ལྷ་ས་པར་མ། ག་ ༢༡༧  
ང་ ༢༢
17. སྤྱི་འཕུག་ལེ་ ༩། ཆོ་ ༡༩
18. དག་ཡིག་མང་ཡང་ངག་གི་སྒྲོན་མ་དང་། །ཟ་མ་དོག་དང་དཔེ་རྒྱུ་འོས་པ་  
དགོན། མཁའ་ལ་འོད་ལྷན་རྒྱ་སྒྲུབ་མི་ཉུང་མོད། །ལྷན་སྤྱད་མཐར་བྱེད་ཉི་ཟླ་  
བྱུང་ཅམ་མོ། །ཅེས་ཨ་ལག་གི་བསྟན་དར་གྱིས་ དག་ཡིག་གཅེས་བསྟུས། སྤྱི་  
འབྲུམ་པར་མ། མདུན་ཤོག་ ༡༧ ཡིག་བྲེང་ ༢ པར།
19. ལེགས་པར་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གདེར། རབ་ ༧། ཆོ་ ༡༩
20. མཛད་པ་པོ། མཁས་དང་གྲུབ་པའི་དབང་ལྷག་ཁྱེད་ལྷ་ས་བསྟན་འཛིན་གྱུལ་  
མཚན་ཞབས།
21. སྤྱི་འཕུག་ལེ་ ༡། ཆོ་ ༡༢
22. མཛད་པ་པོ། པར་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཅེ་མོ། བཀ་ཤིས་ལྷན་པོའི་པར་མ། རྒྱབ་ཤོག་  
༢༧།
23. འདི་ཉིད་ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙ་བ་ཆེན་པོ་བརྗེ་ཡེ་ཤེས་སྡེ་སོགས་གྱིས་བསྟུར་ཅིང་  
འདིའི་མཚན་དངོས་མ་ནི་བཀའ་འགྱུར་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱི་འཕུག་  
གྱི་ཐབས་གྱི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་འབྲུལ་པ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་མདོ། ཞེས་འཁོད་ཡོད་པས་དེང་དུས་གྱི་མཁས་པ་མང་པོས་བདེན་པ་  
པོའི་ལེའུ། བཀའ་འགྱུར་གང་དུ་བཞགས་ཅུང་ཆོད་མེད་པ་ལྷ་བྱུར་སྒྲུང་ཡང་།  
འཕྱ་མི་པམ་རིན་པོ་ཆེས་མདོ་འདི་ལེའུ་དུག་པ་གྱུལ་པོའི་ཚུལ་ཞེས་པའི་  
ཆོག་དོན་རྣམས་ཆོགས་བཅད་དུ། ལྷགས་གྱི་བསྟན་བཅོས་ས་གཞི་སྤྱོད་པའི་  
རྒྱན་དུ་སྡེབ་པར་མཛད་དོ། བདག་གིས་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་དབྱིན་སྐད་  
དུ་བསྟུར་ནས། འདིའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷགས་གྱི་ཆོས་སྤྱིད་བྱང་འབྲེལ་ཐོག་  
འཛུལ་སྤྱད་བྱས་ཏེ། རྗེ་ཡོ་རཀ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ ཀོ་ལུ་ཐུ་ཨ་ཞེས་པའི་ཤེས་

རིག་སྒྲ་ཆོགས་སྒོལ་བྱ་ཆེན་མོ་ནས་དོན་དམ་སྤྱང་པོས་དབེན་པའི་ལྷག་པའི་  
 སྒོལ་དཔོན་གྱི་མིང་བཏགས་བྱས། བོད་དཔེ་དང་། དེའི་འགྱུར་གཉིས་ཀ་རིང་  
 མིན་པར་སྒྲུན་ཞུ་བུལ་པའི་རེ་འདུན་ཡོད་ལགས། གྲུགས་བམ་འདི་ཉིད་སྡེ་དགེ་  
 མདོ་པ་ནང་ན་བཞུགས།

24. སྡེ་དགེ་ མདོ་བོ་ཉི། པ་ རྒྱལ་ཤོག་ ༡༢༢

25. བཀ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཅེ་མོས། རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་ནོར་བུའི་སྤྱེང་བ། བཀྲས་ལྷན་  
 པར་མ། རྒྱལ་ཤོག་ ༧

26. སྤྱིར་ཉེ་དེ་སྡེ་གསུམ་དང་། རས་བཅས་སྒྲ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤྱིའི་མཚུག་ལ་ཤད་  
 བཞོད་པ་མང་དུ་སྤྱང་། ཤད་བཞོད་པ་ཡིན་ན། བཟློག་པ་གཙོ་བོ་དང་དེའི་གྲོགས་  
 ཀྱི་བཟློག་པ་གཉིས་མ་འབྲུགས་པར་གཟུང་བ་ལ་ཕན་པ་ཆེ། དེ་ཡང་ལྷག་  
 བཅས་ལ་བྱ་ཆོག་མི་འདྲ་བ་གཉིས་དུས་རིམ་པར་འབྲུག་པ་ལ་བྱ་ཆོག་སྡེ་མ་  
 ལ་འདས་ཆོག་ཐོབ་སྟེ། དཔེར་ན།  
 འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཉེ། ལུས་པ་མེད་པར་འགྲགས་པར་  
 རུས་མ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

27. སུམ་ཅུ་སྤྱིང་པོ་ལེགས་བཤད་ལྟོན་དབང་། དདུལ་ཅུ་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་  
 རོ་རྩེ།

28. མཛད་པ་པོ། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དཀའ་ཆེན་པད་མ་མཆོག་ དཔེ་ཆ་འདི་  
 ཉིད་ ༡༩༩༩ ལོར་བྲ་རྩ་སྤྱིར་བཏག་གིས་དེབ་གཟུགས་སུ་པར་བསྐྱུན་ཞུས།

29. ཡི་གེའི་བཤད་པ་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན། ཨ་ལག་ཤ་བསྐྱན་དར། སྤྱི་འབྲུམ་པར་  
 མ། མདུན་ཤོག་གུངས་ ༢༥ །

30. རྩེ་ཙོང་ཁ་པས། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་རྒྱ་འབྲས་མན་དག་བདུན་གྱི་དྲིན་  
 དན་བསྐྱོམ་དགོས་སྐབས་སུ་གསུངས་སོ།

31. དཀྱིའི་དགོངས་རྒྱན། བོད་མཁས་པ་དགེ་ལེགས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས། རྣ་ས་པར་  
 མ། ཤོག་ ༤༩། ཡིག་སྤྱང་ ༥།

32. གཞོན་ཏུ་སྒྲ་མེད་གཏམ་གྱིད། ཤོག་ ༢༩།
33. བཤེས་པའི་སྤྱི་ཡིག་གི་རྣམ་བཤད་འཕགས་པའི་དགོངས་པ་ཀུན་གསལ་  
དགོས་ཏེ་བཟང་སྤྱོད་པ། ཆོགས་བཅད་ ༩༩ པའི་སྐབས་སུ་གསུངས་སོ། །
34. རྟགས་འཕྲུག་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྩེ།
35. ཡི་གེ་བརྒྱག་ཐབས་བྱིས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་འཕྲུག་པར། ཤོག་གྱུབ་ ༩། ཡིག་  
ཐེང་ ༣།
36. སུམ་ཅུ་པའི་རྣམ་བཤད་ཏུ་བསྐབ་ཅུལ་གྱི་གོ་ཤིས་ལ་འདོམས་པའི་སྐབས་  
སུ་གསུངས་སོ། །
37. འདི་ནི་ད་ལྟ་ཅམ་མིན་པར་སྤྱོད་ལོང་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་ནས་ཉམས་པར་སྤྱང་  
སྟེ། རྒྱུ་བཅུ་བཅོད་ནམས་ཅེ་མོས། ཡི་གེ་བརྒྱག་ཐབས་བྱིས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་  
འཕྲུག་པར། ཤོག་གྱུབ་ ༩། ཡིག་ཐེང་ ༦ པར་འདི་ལྟར་གསུངས་པ།  
དབྱུས་གཅོང་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་མཐོང་གྱི། ཐ་མལ་པ་ཡི་སྤྱད་རྣམས་ལ།  
མཐའ་རྟེན་རྫོགས་པ་རབ་ཏུ་རྒྱུང་། རྟེ་བས་བསྐྱེད་མཐའ་རྟེན་གཟབ། །  
ཅེས་རྒྱུ་འཕྲུག་འདོན་པ་ལ་གཟབ་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏུ་གོལ། །
38. དེང་དུས་འབྲི་བ་པོ་མང་པོ་དང་། གསར་ཤོག་དང་དུས་དེབ་དག་ཏུ་ཡང་། བཟ་  
ཤིས་ཞེས་མ་འབྲི་བར་བཀྲིས་ཞེས་འབྲི་ཡི་ཡོད་པ་བཟ་ཤིས་བསྐྱེད་པའི་རྟེན་  
འབྲེལ་ལ་གནོད་པར་མཐོང་བས། མ་བསྐྱེད་པར། བཟ་ཤིས་ཞེས་ཆོག་ཡོངས་  
རྫོགས་འབྲི་དགོས་པར་འཆལ་ལོ། །བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ལྷུ་བཏུས་ཐུགས་ལོ། །

# མ་མེད་པའི་གཏམ།

ར་ཐུག་སྐྱུག་སྒྲིག།

ལུགས་གཉིས་ཁྲིམས་ཀྱིས་མ་གཅུན་རིག་པའི་བྱ།  
ཀུན་རྫོབ་སྒྲུང་བ་སྐྱུ་མའི་བྱོང་ཁྱེར་དུ།  
འབྲུམས་པའི་བག་ཆགས་སྐྱོ་སྐྱར་སྒྲུངས་པའི་གཏམ།  
བརྗོད་པའི་རབ་འདེགས་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོས་མཛོད།

ཆོས་སྲིད་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ན་རྒྱལ་ཁྲིམས་འཛིག་  
གདོད་མའི་ཐོབ་ཐང་མེད་ན་དམངས་གཙོས་ཅི།  
ལ་རྒྱའི་དམིགས་གཏད་སྒྲེར་ལ་སྟོགས་པ་འདི།  
ལུགས་སྟོལ་གསར་རྒྱུང་ཙོད་པའི་གཞི་མ་ཡིན།

རྒྱས་རན་བྱག་རྩ་ཁོང་དུ་རྒྱས་བྱར་ཀྱང་།  
ཡིད་འོང་འཛུམ་རིས་བྱི་ལ་སྟོན་བྱེད་པའི།  
སྲིད་ཀྱི་ལག་ལེན་བཅོས་མའི་འདྲ་གཟུགས་འདི།  
སྐྱེ་ཐོ་པལ་ལ་བྲིན་ཀྱང་ཀུན་ལ་མིན།

མཛེལ་གཙུགས་དྲུང་སེམས་མེད་པའི་འཆོ་བ་ལ།  
 བདེ་སྦྱིད་སྤང་བའི་དཔལ་ཡོན་ག་ལ་ཡོད།  
 རྒྱ་རྒྱུན་བྱོད་གཤེར་རྟེན་འབྲེལ་མ་ཆོགས་པར།  
 ལྡང་བྱའི་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་སྤྱིད་མ་ཡིན།

རང་གི་བདེ་བ་གཞན་གྱི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཏེ།  
 གཞན་གྱི་བདེ་བ་རང་གི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཉིད།  
 བདེ་སྦྱུག་ཆ་གྲང་འཐབ་བའི་གཡུལ་ངོ་ན།  
 བཅོན་དུ་མ་བཅུགས་སྤྱིད་པའི་མགྲོན་ཆོགས་སུ།

ཆོས་ཀྱི་ཚུད་པ་ཉོན་མོངས་གཉིན་པོ་སྟེ།  
 ཞེ་སྤང་ཁོང་ཁྱོད་བའི་འཛེར་སྐད་མིན།  
 ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་འཆོ་མེད་ཞི་བ་སྟེ།  
 སྟོག་ལྡན་མགོ་བོ་གཙོད་པའི་རལ་གྱི་མིན།

རང་གི་སྦྱོན་ལ་ལྟ་བའི་མིག་འབྲས་མེད།  
 གཞན་གྱི་དགེ་མཚན་རྟོགས་པའི་རྣམ་དཔྱོད་མེད།  
 ལྟ་གཅིག་ཁོ་ནའི་དམིགས་བྱར་ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས།  
 ཤེས་བྱའི་དགྱིལ་འཁོར་བརྒྱད་པ་ཤིན་ཏུ་འབྲུལ།

གསར་གཏོད་མེད་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་བྱས་མེད།  
 ཉིང་ཞེན་ཡོད་ན་གསར་བཏོད་སློབས་པ་མེད།  
 ཇི་སྲིད་གསར་ཉིད་ཀླད་པ་མ་འདྲེས་པར།  
 དེ་སྲིད་གསར་གཏོད་མཁན་པོ་ཉུག་པ་འདྲ།

རང་དང་ལྷ་བ་མཐུན་ན་ཡ་རབས་ཏེ།  
 རང་དང་ལྷ་བ་མ་མཐུན་སྒྲ་སྒྲའི་རིགས།  
 རང་ཚོད་རང་གིས་བབྱང་ན་མཁྱེགས་འཛིན་ཅེས།  
 འཕྲ་བ་མཚོག་འཛིན་ལྷ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན།

ཐུན་མོང་ལམ་སྤངས་དབང་དམ་བཅས་མཚམས་གྱི།  
 བྲ་རགས་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྐྱངས་སྡོད་མིན་ཞེས།  
 བསྐྱས་བཞོད་མགྲིན་པར་བཅེངས་པའི་སྒྲ་ཆེན་ཆོས།  
 མཁའ་འགྲོའི་གསང་མཛོད་ཨ་སྒྲོར་ཆོས་པོས་འབྲོག།

སྤྱ་ཡོན་དེ་ཅམ་མེད་པ་གདུལ་བྱས་ལན།  
 མཛོད་པ་འཕྲིན་ལས་རིང་བ་ཚུལ་བསྐྱན་ཡིན།  
 འཁོར་གཡོག་བྲང་ས་རྒྱག་པོ་བསྐྱན་འགྲོའི་དོན།  
 སྤྱལ་སྤྱུ་ཕལ་གྱི་ངང་ཚུལ་དེ་ཡིས་མཚོན།

གཞུང་ཞབས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱག་ལས་ཉག་ཕྱ་ཞིང་།  
 འབངས་ཀྱི་སྦྱོང་སྒྲུབ་ཕྱགས་མེད་ཡུལ་ལས་འགོངས།  
 གུས་ཞུམ་བཀུར་སྒྲིའི་བྲི་ལ་རྩིག་ཉམས་བཅས།  
 སྦྱོང་བང་སྒྲེར་ལ་སྦྱོང་པའི་དཔོན་པོ་མང་།

མུ་སྒྲུལ་ཡུམ་ལ་དགེས་ན་ཚུལ་བསྟན་ཡིན།  
 ལྷ་བཙུན་སྦྱོང་པ་འཆལ་ན་བསྟན་དགྲ་ཡིན།  
 མི་ནག་རྩན་ལ་གྲང་ན་མུ་མེད་ཡིན།  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་དབྱས་གོ་རིམ་ཐོག་ནས་འདུག།

འདོད་ཆེན་ཆང་གིས་མྱོས་པའི་མིག་མེར་འགས།  
 གཡོ་སྒྲིའི་སྒྲ་གྲི་དར་གྲིས་བཏུམས་པའི་དངོ་།  
 སྒྲ་ཞབས་འཛོན་ཐང་ཅན་ཆོར་སྒྲོགས་པ་ལས།  
 བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་བརྒྱག་པའི་སྒྲ་ངན་བསྒྲུན།

རིན་ཆེན་སྒྲོག་གིས་སྒྲུས་པའི་མེས་པོའི་ཁབ།  
 རང་གི་གྲོད་པ་འགྲངས་ཆེད་བཙོང་གྱུར་ན།  
 བེན་ཏུ་མི་བཟོད་བྲིམས་ཀྱི་གཏའ་ཤིང་གིས།  
 ས་ཡ་དུག་གིས་ཅིས་ཀྱང་འབེབས་པར་ངེས།

བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོར་མ་བྱས་ན།  
 བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཙ་བ་ཉམས་འོང་ཞེས།  
 བོད་མིའི་བྲོད་ན་སླེང་མཁན་མང་མོད་ཀྱང་།  
 ཁ་བཤད་ལག་ལེན་དངོས་དང་མཐུན་པ་དགོན།

གཞིས་ལུས་རྣམས་ཀྱིས་བོད་སྐད་རྒྱ་སྐད་བསྐྱེས།  
 བཅན་བྱུལ་དག་གིས་བོད་སྐད་དབྱིན་སྐད་བསྐྱེས།  
 བོད་རྒྱ་དབྱིན་གསུམ་འབྲེས་མའི་བོད་སྐད་འདི།  
 སྐད་ཡིག་རང་དབང་ཤོར་བའི་འབྲས་རྟགས་ཡིན།

ཁང་མཐའི་ཚུ་རྟ་ཞིང་ཆོགས་རྩ་བ་སྟོག།  
 རུ་སྒྲེའི་བར་ལ་ལྷན་ཀའི་མེ་རོ་སྟོང་།  
 དྲག་བོའི་རུ་མཆོན་ནང་ལ་གཏད་པ་འདི།  
 དྲག་བོའི་སྒྲིན་ལས་དར་བའི་ཞབས་འདེགས་ཡིན།

ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་གྲུབ་མཐའི་ཕྱོགས་རིས་དང་།  
 མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཆོལ་ཁའི་ལ་རྒྱ་དང་།  
 ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་སྦྲང་མི་དགེ་བ།  
 སྤྱི་ཆོགས་བདེ་འཇགས་དཀྱུག་པའི་གཞི་མ་ཡིན།



གཞུང་གིས་གཅེས་པར་བསྐྱེད་པའི་སློབ་ཡུལ་དག  
 གཞུང་ལུགས་སློང་ཆེད་ཕྱི་རྒྱལ་འགྲིམས་པ་ལས།  
 གཞུང་དོན་ཏིལ་འབྲུ་ཅམ་ཡང་མ་བསྐྱབས་པ།  
 གཞུང་སའི་བརྒྱན་བསབས་པའི་མཐའ་འབྲས་ཡིན།

ག་ཁྲག་ཟས་ལ་རམ་པའི་ལྷེ་སྤྱང་དང་།  
 ཨ་བུའི་ཁུང་སྤེ་སྤྱང་བའི་ནེུ་ལེ་དང་།  
 རྒྱ་བལ་ས་མཚམས་སྤྱང་བའི་དམག་མི་རྣམས།  
 ཉམས་རྒྱུང་ཟ་ཁ་མཐུན་པའི་གྲོགས་པོ་ཡིན།

སྤྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་རིང་འཛོག་པ་དང་།  
 བྱད་མེད་དག་གིས་མགོ་རིལ་བྱེད་པ་དང་།  
 ཆས་གོས་གསར་པ་བཙན་གྱིས་གཏོད་པ་སོགས།  
 ན་རྒྱུང་བག་ཡངས་སྤྱོད་པའི་དགའ་སྟོན་ཡིན།

ཁ་ཅིག་ནོར་ལ་རྩིས་ཆེ་རིག་པ་ཡིན།  
 གཞན་དག་རིག་པར་རྩིས་ཆེ་ནོར་ལ་མིན།  
 རོར་དང་རིག་པ་ཙོད་པའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།  
 བདེན་རྒྱན་ཞལ་ལྷེ་གཙོད་པའི་བྲིམས་དཔོན་སྤྱ།

རྒྱལ་ཁབ་མེད་ན་མི་རིགས་སྤྱོད་ཉམས།  
 རྒྱལ་ཁབ་མེད་ན་སྤྱི་ནང་རང་དབང་བྲལ།  
 རྒྱལ་ཁབ་མེད་ན་ཀུན་གྱིས་བརྟམས་བཅོས་བྱེད།  
 དེས་ན་རྒྱལ་ཁབ་བཙོན་པ་དོན་དང་ལྡན།

ཐབས་ཤེས་སྤྱི་ལོ་བས་རང་རྒྱ་ལུགས་བྱགས་པའི།  
 ཆོལ་གསུམ་ཆེག་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་གོང་བྱ་ལས།  
 སྤྱི་ལོ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དང་ཆོས་ལྡན་ཞིང་།  
 ཙོན་པའི་བྱག་རི་གཏོར་བའི་ལས་གཞན་མེད།

རྒྱལ་སྤོན་དག་ནི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་ཆེ།  
 བྱིས་བ་རྣམས་ནི་རང་གི་བྱིས་ཏུ་ཆེ།  
 རྟོག་གེ་བ་རྣམས་ཆོགས་བའི་དབུས་སུ་ཆེ།  
 འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་གད་མོ་འཆར་བའི་གནས།

གཏོམ་རྒྱུང་ཕལ་ཆེར་བཅོན་པོའི་རྐང་སྟེགས་ཉིད།  
 ལེགས་ཉེས་བྱིས་ཐག་ནོར་དང་གཡོ་སྦྱུས་གཅིད།  
 སྤྱི་ཀྱི་མངའ་ཐང་གཅིག་ལ་དབང་བ་འདི།  
 ལས་དོན་མཁན་པོས་བཞག་པའི་སྤྱི་ཆོག་ཡིན།

ལྷ་ཚུལ་ཀུན་ལ་ཚན་རིག་དབང་པོར་འཛོག་  
 མང་མོས་སྤྲུགས་ཀྱིས་དཔོན་གྱི་གོ་མིང་ཐོབ།  
 ཐོབ་ཐང་ཀུན་ལ་འདྲ་མཉམ་སྦྱོད་པ་འདི།  
 ད་ལྟའི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཟེན་ཐོ་ཡིན།

གོ་ལའི་འཛིག་རྟེན་གོང་བྱ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར།  
 འགྲུལ་ཐག་ཕྱ་མོ་བས་མཐའི་མཁའ་ལ་བརྒྱང་།  
 སེམས་ལ་དྲན་ཚད་ལག་ལེན་ཉིད་ཏུ་འདེབས།  
 འདི་ནི་འབྱུང་འབྱུར་འཆོ་བའི་རང་མདངས་ཡིན།

༡༩༩༧།༡༣༡ རྩ་སར་བྲིས།

# བཅན་གྱི་ལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་དེབ་ བསྐྲུགས་པའི་སྤྱི་ཚུལ།

རྟོག་པའི་བཅན་ལ་མེད།

བཅན་གྱི་ལ་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་སྒྲིག་གྲུབ་སྒྲིག་དེབ་ནང་། འབྲི་ནི་གཡག་མོ་  
རེད་ཅེས་གཡག་གི་གནས་དམ་པ་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་ལ་ཡེ་ནས་མ་  
གྲགས་པའི་ཐ་སྙད་ངན་པ་ཞིག་བཞོད་འདུག་ལ། འབྲི་གཡག་མཐོང་མ་སྤྱོད་  
བའི་བྱས་སྤྱོས་ན་གཞོན་ནམས་ལ་ནི་ཆ་ཅེ་ཞིག་ཡོད་མོད། རྟོག་ལྟས་ནས་  
འོངས་པའི་མི་ཞིག་གིས་མཐོང་ཐོས་བྱུང་ཆེ་སྟེ་གཉེར་ཁྲིའི་ཁོང་དགོད་མི་  
བྱེད་པ་སྤྱི་ཞིག་མཆིས། འདི་ནི་ཙོ་མ་སྤྱི་ག་པ་དག་གིས་ཞུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་དོན་  
རྒྱལ་རབས་ལ་གཞི་བྱས་པ་མིན་ནམ་སྟུང་ལ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན་དེ་དང་འདི་  
མི་འདྲ་སྟེ་སྤྱི་མ་ནི་མི་སྤྱི་བ་ཞིག་གིས་བརྩམས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱི་མ་ནི་གཞུང་  
འབྲེལ་ལས་ཁུངས་ཤིག་གིས་གཏན་འཁེལ་བྱས་པའི་འཛིན་དེབ་ཅིག་ཡིན་  
པའི་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་མ་ཤེས་སམ། བ་ལོ་བོ་ལ་བཅད་སྤྱོད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་  
ཡིན་ཞེ་ན་འང་མི་འཐད་དེ། བོད་རང་གི་ཐ་སྙད་མ་བསྐྲུགས་པའི་སྤྱོད་ནས་པ་  
ལོ་བོ་ལ་བཅད་ཅི་བདེར་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལ་འབད་དགོས་པ་ལས་གཞན་  
ལ་བཅད་སྤྱོད་བདེ་བ་ཁོ་ནར་དམིགས་ཏེ་རང་གི་ཐ་སྙད་ཚུད་ཐོས་སྤྱོད་གཏོང་བ་  
ལ་ཅི་ཡང་མི་སྟུང་པར་འཛོག་པ་ནི་བཟང་ཏེགས་ཤིག་ག་ལ་ཡིན།

སྤྱི་ཚུལ་དང་ཚུལ་གནས་ནི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་རྩི་བ་  
ཕྱོགས་དང་རྒྱ་ལག་ཐོག་ལ་རྩི་བ་རིང་པོ་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་རིང་མའི་རྩི་བ་ཏེ་  
ཅང་རིང་བའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་བའི་ཕོ་ལ་གཡག་དང་མོ་ལ་འབྲི་  
ཟེར་བ་ནི་ཚུལ་གནས་དང་ལྟན་ཏེ་གནས་པའི་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་གྲགས་པས་སོ།  
དཔེར་ན། མི་དང་སྤྱི་གཉིས་ལ་བད་གསུམ་སྤྱི་གྲུང་པར་ཅམ་ལས་མེད་  
ལ་དེའི་རིགས་སུ་གྱུར་བའི་ཕོ་ལ་སྤྱི་ཚུལ་པ་དང་མོ་ལ་བྱད་མེད་ཅེས་བཞེད་པ་  
ལྟ་བུ་སྟེ། འཛིན་དེབ་ལྟར་འབྲི་ནི་གཡག་མོ་རེད་ཟེར་ན། བྱད་མེད་ནི་སྤྱི་ཚུལ་པ་  
མོ་རེད་ཅེས་བཞེད་དགོས་པ་མ་ཟད། རྒྱུ་མ་ནི་བྲོ་ག་མོ་རེད་ཅེས་ཀྱང་  
བཞེད་དགོས་པར་ཐལ་བས་མཁྱེན་ལྟན་དག་གིས་འཕྱ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་  
པ་མ་ཡིན་ནམ།

སྤྱི་རིག་གཞུང་ནི། བདུན་ཕྱག་ཁ་ཤས་ལ་མཁས་བརྒྱ་མཉམ་ཏེ་  
ཚོགས་ནས་མཐོ་རུ་འདེགས་མི་ནུས་ལ་སྤྱི་ཚུལ་མང་ལྟན་ཏེ་འདུས་ནས་དམའ་  
རུ་འང་པལ་མི་བྱལ། ལམ་དེ་གཉིས་ཀྱི་གང་ལ་ཞུགས་པ་ནི་སྤྱི་ཚུལ་འཛིན་པ་  
དག་གིས་ནམ་རྒྱུན་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་བད་སྟོད་དང་མཐུན་མིན་ལ་རག་ལས་  
བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཁ་རུ་གང་ཡོང་མི་འབྲི་བར་ཐ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉིན་ཐོ་  
བྲིས་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་རང་ཅག་རྣམས་ལ་བཀའ་དྲིན་སྤྲོ་ན་མ་མཆིས་པ་སྟོབ་  
དཔོན་ཐོན་མིས་མཛད་པའི་བད་སྟོད་ཅ་བ་སུམ་ཉུགས་དང་མི་འགལ་བ་  
བྱས་ན་ནི་རང་ཅག་གི་རིག་གཞུང་འདི་དང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་བཞིན་སྤྱི་ཚུལ་  
སྤར་འཕགས་པ་ནི་གཤོན་མི་ཟེེ།

# གོ་ལའི་བྱ་བྱར་གྱི་སྐྱོན་ནག

མེ་མི་འཛིགས་མེད་དབང་གྱུ་ལ།

གཅིག

འབྱུང་ཁམས་འབྱུགས་པའི་ཞགས་ནག་ཅིག་གིས་སློ་བྱར་དུ་གྲག་ཚང་དགོ་  
སྐྱུག་སློ་བཟང་ཉལ་བྱིའི་སྤང་དུ་བྱུང་དེ་ཉིན་ཞག་དུ་མ་ལུས་མཐར། ས་གནས་  
གཞིས་སྤོང་གསུམ་པའི་སྤྲོ་ཁང་དུ་བསྐྱེན་པར་སྤྱིན། སྤྲོ་པས་དོ་དུག་གི་  
ནད་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་སྤྲོ་ཁང་དུ་བསྐྱེད། ང་རང་ཉིན་གཅིག་ (གྲུ་གར་  
རང་བཅན་དུས་ཆེན་གྱི་དགུང་ལོང་སྐབས་) ཁོང་ལ་ནད་བསྐྱེད་འཆམས་  
འདྲིའི་ཆེད་སྤྲོ་ཁང་དུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན། སྤྲོ་ཁང་དེ་ནི་ཆེག་དགུ་དོན་གསུམ་  
ལོར་གཞིས་ཆགས་འདྲིའི་ཆེད་འཕགས་བོད་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་གསར་བསྐྱེད་  
བྱས་སྐད་ཐོས། སྤྱི་ལོ་གཅིག་གྱུང་རའི་མཐོ་ཆད་མེད་བཞི་ལྷག་གིས་སློར་  
འདུག་ཅིང་ལྷགས་སློར་མཐོ་མོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཛུལ་བས། རྩ་བའི་ནད་དུ་  
ཨམ་དང་མེ་ཏ། བྱ་རན་མེད། ད་དུང་མིང་མི་ཤེས་པའི་ཤིང་སྤྱ་འགའ་ཞིག་  
དང་། མེ་ཏོག་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཐ་མེ་ཐོར་རེ་སྤྱེས་འདུག། སྤྲོ་ཁང་ཨ་མའི་  
མདུན་ངོས་ནས་གོ་མ་བ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་མཆམས་སུ་ཨམ་ཆེས་འགྲོ་ཆོག་  
པའི་ཤོག་འཛིན་འཆོང་སའི་ཁང་བ་རྩུང་རྩུང་ཞིག་འདུག། ཁང་བ་དེའི་སྤྱི་

ཁྱེད་ཁར་ནད་པ་མང་པོ་དུ་བསྐྱར་བསྐྱོགས་ནས་བང་རིམ་གྱི་ཤོག་འཛིན་ཉི་  
གིན་འདུག ང་རང་ནད་པ་མིན་པས་བང་རིམ་གྱི་ཤོག་འཛིན་མ་ཉིས་པར་སྐྱོན་  
ཁང་ཨ་མའི་ནང་དུ་འཛུལ། བཞོད་པ་ལེགས་ཤིང་བཞིན་ཆགས་པའི་ཐོག་  
བཙེགས་གཉིས་ཅན་གྱི་སྐྱོན་ཁང་ཨ་མ་དེའི་འོག་ཐོག་ནང་ནད་པའི་ཉལ་  
ཁང་གཉིས་ཡོད་པའི་གཡས་མ་དེ་བྱ་པོའི་ཉལ་ཁང་རེད། སློ་བཟང་ཉལ་  
ཁང་དེའི་ཉལ་བྱི་ཨང་བཅུ་གཉིས་པའི་ཐོག་ཉལ་འདུག བྲུ་སའི་བྲུ་རྒྱུང་ངོ་  
མ་རེད། ཐ་ན་གྲོན་ཆས་སྐྱས་ལེགས་གཅིག་མེད་པར་མ་ཟད། སྐྱས་མགོ་དང་  
ཉལ་ཆས་ཡོངས་ཚོགས་དྲེག་པས་འཛོག་སྐྱག་དུ་སྐྱོན་འདུག ཁོས་ང་མཐོང་  
མ་ཐག་གཏོང་ངོས་ནས་དགའ་སྐྱོ་འདྲིས་མའི་འཛུམ་ཉམས་ཤིག་སྐྱོན་ནས་  
“འཛིགས་མེད་མེགས་བྱུང་འདྲིས་བཞུགས་དང་” ཟེར་ཞོར་ཉལ་བྱིའི་ཐོག་  
ནས་ཕར་གཤིག་ཅིམ་བྱས་སོང་།

ཉིན་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་གསལ་ལུས་རིད། ཁྱེད་མཆོས་ཀྱི་རུས་གོག་  
འབྱར་དུ་ཐོན། མིག་གཉིས་ཀོང་བྱར་ལྷུང་སྟེ་མཐོང་མ་ཐག་བཞིན་མི་ཤེས་  
པའི་གདུང་སེམས་ཤིག་སྐྱེས་བྱུང་། ངས་ཁོའི་ཉལ་བྱིའི་ཟུར་དུ་བསྐྱར་ནས་  
“ནད་གཞི་ཅི་འདྲ་འདུག ཅུང་ཟད་དྲག་གི་འདུག་གམ” དེས། ཁོས་ “སྐྱོན་  
མི་འདུག ཅུང་ཟད་དྲག་གི་འདུག” ཟེར།

“ཟ་མ་ཇི་ཅིམ་ཟ་འདོད་དམ”

“དེ་ཅིམ་རང་ཟ་འདོད་མི་འདུག”

“སྐྱོན་པས་ཅི་ཟེར་”

“ལག་དངུལ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ན་སྐྱོན་ཁང་ཆེ་ས་ཞིག་བསྐྱེན་པར་འགྲོ་  
ན་ཟེར་”

“དེ་འདྲ་ཡིན་ན་སྐྱོན་མེད། ང་ལ་ཐབས་ཤེས་ཡོད། ཨ་ལགས་རིན་པོ་

ཆེ་ལ་གཅིག་ཞུས་ན་སྒྲ་བྲང་གིས་རོགས་པ་གནང་ངེས་རེད། ཕྱག་མཛོད་  
ཨ་ཁྱ་ནས་སྤྱད་ཏེ་དང་གྲོང་པ་གཅིག་པར་མ་ཟད་ཤག་ཆང་དགེ་གན་  
ཡང་རེད”

“... ..”

“... ..”

ཤོ་ལུ་དཀར་པོ་གྲོན་པའི་ཨ་ལྷུ་གཟུགས་རིང་པོ་གཙང་མདོག་ཁ་པོ་ཞིག་  
གིས་ལག་གཡས་པས་ཤེལ་དམ་ཞིག་དང་། གཡོན་པས་འགྲིག་གི་སྒྲ་གཡི་  
སྒྲ་མོར་སྤྲོད་ཁང་སྒྲ་པའི་ཡོ་བྲང་ཅན་ཞིག་ཁྱར་ནས་ཅེ་བ་བྱང་། སྒོ་བཟང་  
གི་མགོ་དང་དབྱང་པ། དེ་བཞིན་དུ་འཆོག་སྒྲ་གཉི་སྒོ་སོང་བའི་ཉལ་ཆས་དང་  
སྤྱས་མགོ་ནས་ལ་བལྟ་ཙམ་རེ་བྱས་ནས་ཡི་མ་རངས་པའི་མིག་ཞགས་  
ཤིག་འཕེན་ཞོར། ཇི་མི་སྤྲོས་པའི་བཙོག་ཉམས་ཤིག་བསྒྲན་ཏེ་སྒོ་བཟང་གི་  
དབྱང་པ་གཡོན་ངོས་སུ་སྤྲོད་ཁབ་དེ་བཙུགས་ནས། “འགྲུལ་ཀྲིག་མ་རྒྱག་  
མ་གཏོགས་ན་ཆ་ཆེ་རུ་འགྲོ་གི་རེད་གདའ” ཟེར་ནས་ག་ལེར་ཕར་ལོག་སོང་།  
ངས་ཁོང་གི་སྤྱས་མགོ་ནས་ཡར་སྒྲོར་ནས་བསྒྲད།

ཨ་ཁྱ་ཇོམ་ལྷ་སྒྲུབས་ཅེ་བ་བྱང་། ངས་ “ཨོ། སྒོ་བཟང་ལ་བལྟ་མཁན་  
ཡིན་པར་ཐག་བཅད། ཁ་ཙང་སྒོ་བཟང་དང་པོ་དགོན་པར་འབྱོར་དུས་ཁོས་སྒོ་  
བཟང་གི་ཨ་ཁྱ་ཆོས་རྒྱལ་དང་ཁོང་གཉིས་བོད་ནས་ཉེ་བོ་ཡིན་ལུགས་མང་  
པོ་བཤད་ཐུང་” བསམ་ནས་ང་རང་མགྲོགས་པོར་ཡར་ལངས་ཏེ། “གན་  
ལགས་ཕྱག་ཤེབས་། འདིར་བཞུགས་དང་” ཞུས། ཁོས་སྤྱི་མིག་ཙམ་ཡང་མ་  
ལྟས་པར་ཤར་རེ་ཉལ་ཁང་གཡོན་མ་དེའི་ནང་འཛུལ་སོང་། ཕལ་ཆེར་ཨ་རི་  
ནས་ཡོང་བའི་ཨ་ལྷུ་དཔལ་འབྱོར་དབང་མོ་དེ་ཉིན་སྤྲོད་ཁང་སྤེལས་ཡོད་  
པར་དེའི་སར་འགྲོ་བ་འདྲ། གང་འཆམས་འགོར་ཇེས་མར་སྤེལས་བྱང་། ངས་



“སློ་བཟང་ཨ་ཁུ་ཅི་རེད། ཡར་ཏོག་ཙམ་མེབས་དང” ཞུས།

“ཨ། སློ་བཟང་སྤྱི་ཅི་ཞིག་ངས་ངོ་མི་ཤེས”

“ཨ་ཅོ། ཁ་སང་ཁྱོད་རང་གིས་ཁྱོད་གྱི་ཐ་དང་ང་གཉིས་ཡུན་རིང་  
འགྲོགས་སྤྱིང་པའི་གྲོགས་པོ་ཡིན་ཞེས་གསལ་བཤད་གནང་ས་དེ་རེད།”

“ཨ་ལ། ཁོ་ཡིན་པ་རེད། དེ་རེད་སྟེ་ཚུགས་མེད་ན་ཡོང་རྒྱུ་དེ་རེད”

ཐུགས་ཐོ་ལས་ལྗོད་གོག་ཆ་བའི་ཆོག་མདའ་དེ་སློ་བཟང་དང་ང་  
གཉིས་ཀྱི་སྤྱིང་གར་ཐད་ཀར་འཕངས་ནས་ཁོ་བྱུང་ཐལ། “ཨ་ཏ། ཁ་སང་སློ་  
བཟང་གསར་དུ་འབྱོར་སྐབས་ཀྱི་སློར་ཁྲི་ལྷག་ཁྲར་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་པའི་  
དཀྲོགས་གཏམ་དེ་ཁོས་གོ་མེད་ན་ཕ་འབྲེལ་གྱི་གྲོགས་སྤྱིག་དང་། སྟོད་  
ཚུགས་མེད་པའི་ཆོག་མདའ་དེས་ང་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིང་ག་འཕྲིགས་དོན་མེད།”  
ངས་དེ་ལྟར་བསམ་བཞིན་དབྱགས་རིང་ཞིག་ངང་གིས་ཤོར།

ཕྱིག་སྒྲི་མི་མངོན་པའི་དྲ་མཆོག་མང་པོས་ཉི་མ་རྒྱབ་རིའི་ཕྱི་ལ་བྱུང་  
སོང་། ང་རང་གོ་མ་པའི་སློ་བྱོགས་དགོན་པ་ལ་བསྐྱར་ཏེ། ཨ་ལགས་ལྷ་བྱང་  
ལ་ཐེངས་དང་པོ་བཅར། ཨ་ལགས་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཐུག་མཛོད་ནམ་མཁུ་  
གཉིས་ལ་རྟིང་སྤོལ་གྱི་གུས་ལྷགས་ཆ་ཆང་བྱས་ནས། “ལྷ་བྱང་དགེ་ཐུག་  
སློ་བཟང་ལ་ཨེམ་ཆེས། སྤྱན་ཁང་ཆེ་ས་ཞིག་ལ་འགྲོ་ན་དུག་ལྷགས་བཤད་  
འདུག” ཞུས། ཨ་ཁྲ་ནམ་མཁུ་གིས་སྤྱིན་མཆོམས་སུ་བསམ་གཞིག་གི་  
གཉེར་མདུད་ཅིག་རྒྱབ་ཇེས། “ཨ་ལགས་མོ་ཞིག་རྒྱབ་དང་། ནད་གཞི་དེ་  
ཙམ་གྱིས་སྤྱན་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱེལ་དགོས་ཀྱི་མ་རེད” ཟེར། ཨ་  
ལགས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱིན་མ་ཟེར་ཟེར་ཞིག་བྱས་ནས་སྤྱན་གཉིས་ཀ་བཙུམས་  
སོང་། སྤྱུ་ཞག་གིས་འཆོས་པའི་ཐུག་བྲེང་མེར་བོ་དེ་འཕྱར་འཕྱར་འགའ་  
ཞིག་གཏང་ཇེས། ཐུག་གཡོན་པའི་མཚུབ་མོ་བཞི་ལ་སུམ་དཀྱིས་བྱས་ཏེ་ག་

ལེར་དབྱ་ཐོད་ལ་འཕྱར་ཞོར་སྒྲེང་དོག་གསུམ་རེ་གསུམ་རེ་བྱས་ནས་གཙོད་  
 དེ་སྒྱུན་ཅེ་རེ་གཟེགས་ “མོ། སྒྲོན་ས་མ་རེད། སྒོག་ཕུ་བཏན་པོ་འདྲ་ག  
 གདུགས་ཤེར་སེང་གསུམ་འདོན། ལྷ་སྤྱང་ལ་གསོལ་ཀ་བྱས་ན་བཟང་” ཞེས་  
 བབས་འདྲ་གསུངས་བྱུང་། ང་རང་ཅེ་བྱ་མེད་པར་ཤག་དུ་ལོག་སྟེ་བསམ་  
 གཞིགས་ཀྱི་སྒྲོང་ལ་ཐེམ། “སྒྲེང་དོག་འགའ་ཞིག་པར་དུད་རྩྱུད་དུད་བྱས་  
 པའི་གསེབ་ནས་མི་མངོན་པའི་ལྷ་དབང་ཞིག་གིས་མོ་ལྷུང་སྒྲོན་པ་དེ་ལ་  
 མཚན། རྩྱུག་གི་ནད་པ་ཞིག་སྤྲན་ཁང་ཆེན་པོར་འགོ་བ་ལ་དགག་བྱ་  
 བཟུངས། བཟུང་ཆས་དང་གཙོང་སྤྱ་འཕྲོད་བསྟེན་དགོས་ལུགས་བབས་མེད་  
 ཅིང་། དེའི་ཆབ་དུ་ལྷ་སྤྱང་ལ་གསོལ་ཀ་དང་ཞལ་འདོན་ཁ་ཤས་བབས་པ་  
 འདི། སྒོག་འབྱར་རམ་དངོས་འབྱར་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། གཏིང་མི་  
 དཔོགས་པའི་དྲི་ཏྲགས་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་རིང་པོ་ཞིག་གིས་ངའི་སྤྱིང་ཁམས་  
 ཡོངས་རྫོགས་ཁྲག་དཀྲུགས་ནིག་དཀྲུགས་བྱས། གང་ལྟར་ཡང་ཨ་ཁྲ་ནས་  
 སྤྲས་ས་ནས་སྒོ་བཟང་གི་འབྲེད་ཐོག་བསགས་པའི་སྒྲོར་མོ་ཇི་ཡོད་དང་ད་  
 དུང་དེའི་ཐོག་ཉིན་སྒྲོར་བརྩ་སྒྲིན་ནས་མགོན་ཁང་དུ་ལྷ་སྤྱང་ནམས་ལ་  
 གསོལ་ཀ་དང་། ཚོགས་སུ་གདུགས་ཤེར་སེང་གསུམ་འདོན་ཡོན་བཅས་མོ་  
 ལྷུང་བཞིན་བྱས།

### གཉིས།

གཟུང་སྤྱ་བ་ཆོས་བྱུང་། ངས་བྱ་སྒྲོང་རིལ་རིལ་ལྷ་རྩྱུ་བཙོ་བྱས་ནས་ལག་  
 ཁྲག་སེར་པོ་ཞིག་གི་ནད་དུ་སྤྲུགས་ཏེ་ཐེངས་གཉིས་པ་སྒོ་བཟང་ལ་བལྟ་

བར་སོང་། ནད་པའི་ཉལ་ཁང་ནང་གི་གཡས་གཡོན་ལ་ཉལ་བསྐྱད་ཡོད་པའི་  
 ནད་པ་འགའ་ཞིག་གི་མདུན་རྒྱབ་ནས་བཟུ་མཁན་གྱིས་འཆང་ཁ་བྱེད་ཅིང་།  
 འཆམས་འདྲིའི་ཕྱར་སྒྲུ་ལང་། ལག་རྟགས་དང་བཟའ་བཅའི་རིགས་འདྲ་  
 མིན་གྲིངས་ཏེ་ “འདི་ཞིམ་དེ་མངར” ཞེས་ཟིང་ཟིང་ཕྱར་ཕྱར་བྱེད། ནད་པ་  
 ལ་ལའི་མདུན་དུ་རང་གི་ས་མ་སྒྲུན་ཉེའམ་ཇི་ལྟར་ཡང་རྒན་གཞོན་འགའ་  
 རེས། གཏུང་སེམས་ཆེན་པོས་ནད་འདྲི་དང་། བཟའ་བཅའི་རིགས་ཅི་ཟ། གང་  
 འཐུང་འདྲི་བཞིན་འདུག གྲོ་བཟང་གི་གདན་ཁྲིའི་འགྲམ་དུ་བྱ་སྒྲིལ་མེ། སྤྱང་  
 སང་སེ། འཆམས་འདྲི་བྱེད་མཁན་མི་འདུག་ལ། ལག་རྟགས་དང་བཟའ་  
 རིགས་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་དེ་བས་ག་ལ་ཡོད། ད་དུང་ཉལ་བྱི་རེ་རེའི་འགྲམ་དུ་  
 ནམ་རྒྱུན་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྒྲེགས་རེ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་གཞན་ཞིག་གིས་བྱར་  
 ནས་མི་འདུག ང་རང་ཁོའི་ཉལ་བྱིའི་བྱར་དུ་བསྐྱད་དེ་ན་ཆའི་འཆམས་འདྲི་  
 དང་། ཨ་ལགས་སྒྲ་བྲང་ལ་བཅར་བའི་སྤྱིང་མོལ་དང་མཐའ་མའི་མོ་འབྲས་  
 ལྟར་སྒྱུབ་ཡོད་ལུགས་རྣམས་གཅིག་ནས་གཉིས་བར་བཤད་ཞོར་བྱ་སྤྱོད་དེ་  
 ཆོ་ལྷགས་ཀྱི་ཆ་སྒྲམ་གྲུ་རྒྱུང་དེའི་ཐོག་དུ་བཞག་ཁོས་ “མོ་ལུང” ཞེས་པའི་  
 ཚིག་འབྲུག་གཉིས་པོ་དེ་ཐངས་གཅིག་སྤྱོད་ནས་དཔེན་ཐང་ངར་བསྐྱད་སོང་།

“ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲན་རིན་ག་ཆད་ཐོབ་འདུག”

ཁོས་ཉལ་བྱིའི་འགྲམ་གྱི་ལྷགས་ཀྱི་ཆ་སྒྲམ་གྲུ་བཞི་རྒྱུང་རྒྱུང་དེའི་སྒོ་  
 ཐུས་ཏེ། སྒྲན་རིན་ཐོབ་འཛིན་གྱི་ཤོག་ལྟེ་ཁ་ཤས་བསྐྱར་བྱུང་། གཟའ་འཁོར་  
 གཅིག་ལྷག་རིང་སྤོར་མོ་གཅིག་སྤོང་ལྷག་ཙམ་ཐོབ་འདུག་ཅིང་། ད་དུང་ཁང་  
 སྒྲ་དང་ཟས་རིན་ཇེས་མར་སྒྲེབ་ཅིས་བྱེད་རྒྱ་རེད་འདུག

“བྱེད་ལ་སྤོར་མོ་ག་ཆད་ཡོད”

“བརྒྱ་དང་ལྷ་བརྒྱ་ཡོད”

“དེ་མ་གཏོགས་མེད་ན་ཅི་དྲག་ སྤྱི་བྱང་ནས་སྤྱི་ཡང་མེད་ས་གཅིག་  
 སྤྱིན་ན་མི་དྲག་གསུམ་” ཁོས་གཏམ་ལན་ཅི་ཡང་འཇལ་མ་བྱུང་། དྲུངས་ཤིང་  
 རིལ་བའི་མིག་ཚུའི་ཐོག་ས་བྱེད་འགའ་ཞིག་སྤྱན་དྲོག་འབབས་པ་ལྟར་ལྟང་  
 ནས་མགོ་བོ་སྦྱར་སོང་། དེས་ཁོང་གི་གཏང་བའི་མིག་ཚུ་དེ་ནི་རང་གི་མིན་  
 པ་མི་རབས་གསུམ་བའི་སྦྱུག་ཐོགས་པའི་སྦྱེས་པ་མོ་ཞིག་གིས། ཆ་མི་  
 མཉམ་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་བྱི་བྱུག་འཆལ་བ་ལས་བྱི་མིག་མི་བལྟ་བའི་  
 ནམ་འགྱུར་ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་། ཨ་ཁུ་ནམ་སྤྱི་དང་ཁོང་གཉིས་བར་  
 གྱི་ཆེས་གསུང་བའི་སྒྲོག་འགྱུར་གྱི་ཁྱུག་ཀྱོག་དོགས་པོ་དེར་ང་རང་འགྲོ་མ་  
 མྱོང་བས་རྒྱས་མེད། ངས་ཆེས་གསུང་བའི་སྒྲོག་འགྱུར་གྱི་དྲི་ཉགས་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་མིག་སྤར་ཤར་དེ་ཁོང་ལ་ཅེར། གང་འཆམ་ཞིག་ལ་ཁོས་ “མི་རབས་  
 གསུམ་བའི་སྤྱི་ཁམས་ཀྱི་དབང་པོ” ཞེས་པའི་ཁ་བྱང་ཡོད་པའི་དེ་བ་ཅིག་  
 སྤྱད་བྱུང་། དེ་བ་དེའི་ནང་ཁོང་གིས།

“ངོས་མི་མཉམ་པའི་གོ་ལ་”

“ཟེན་དུ་མེད་པའི་འཇལ་ཡི་འཆིང་ཞགས་”

“མཐའ་མའི་བཟེད་ཐོ”

“རྐང་དུ་ཁྱིས་སྤྱུག་པའི་གསེར་དོག་”

“... ..”

བཅད་ལྷུག་སྒྲ་ཆོགས་དང་། གནའ་དེང་གི་སྤྱན་རྒྱལ་འདྲ་མིན་མང་པོ་  
 ཞིག་བྲིས་འདུག་ཅིང་། དེ་དག་གི་ནང་། སློབ་གསོ་དང་གོ་སྐོན། དངོས་ཡོད་  
 འཆོ་བ་དང་། དངོས་མེད་ཉམས་སྤང་། ངན་སྟོལ་ཐེར་འདོན། འགལ་འདྲུ་ཙ་  
 གཏོར། འགྱུར་འགྱུར་སྤྱི་བསྟུ་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ཉལ་ས་དགོས་པ་མང་  
 པོ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། རེད་ཡ། ཁོང་ནི་བོད་དུ་བཞུགས་སྐབས་ཀྱང་ “སྤྱི་

ཆར” དང་ “གངས་དཀར་རི་བོ” སོགས་སྤྱི་ཙམ་གྱི་ཟབ་བྱང་གཞན་  
དང་མ་འདྲེས་པའི་ཚོམ་ཡིག་མང་པོ་སྤེལ་སྤྱོད་མཁན་ཡིན་ཤིང་། རྒྱ་གར་  
སྤེལ་སྤྱོད་ཀྱང་དུས་དེབ་ཁག་ཏུ་ཚོམ་ཡིག་མང་པོ་སྤེལ་སྤྱོད་ཡོད། ང་རང་  
ལའང་གནའ་རབས་དང་དེང་རབས་གྱི་སྒྲིམ་ཞུགས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཙམ་གྱི་ཉམས་  
འདོན་སྤངས་གྱི་བྱང་པར་དང་། རྒྱབས་ཆེ་བའི་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་གྱི་  
སྤོབ་སྤོན་མང་པོ་གནང་སྤྱོད་།

ད་དུང་རང་མོས་སྒྲིམ་ཚོམ་ཞིག་གི་ནང་།

“རྒྱ་སེར་དང་ཟ་འོག་གི་ཁྲག་མ་མེད་ཅིང་།

ཤེལ་དང་གཡུ་ཡི་སྒྲོམ་བྱ་མེད་པར།

ཐང་དཀྱིལ་ནས་གསེར་འོད་འཕྲོ་བའི།

རིན་ཆེན་གྱི་གསེར་རྩྭ་ཅིག་གིས།

ཀླང་རྩལ་གྱི་དྲི་མའི་ཕག་ནས།

རིན་ཐང་གི་ལག་རྩེས་ཤིག་

འདི་ན་བཞག་ཡོད།

“... གཟུགས་དང་...”

ད་དུང་ཁོང་གིས་ “དགོ་ཚོས་རྩེས་དྲན” ཞེས་པའི་ཚོམ་ཡིག་ཅིག་གི་  
ནང་། ལྷ་བ་ལོག་པ་དང་། རྩིང་སྒོལ་སྤང་བྱུག་སོགས་གྱི་བརྒྱུས་འཛུགས་ལ་  
སྤྱན་སྤང་གི་སྒྱོ་ཉམས་ཤིག་བསྒྲན་འདུག་ཅིང་། དེའི་འོག་ “གསལ་འདེབས་”  
ཞེས་པའི་ལེ་ཚན་ཞིག་གི་ནང་། གནས་ལུགས་ར་འཕྲོད་གྱི་སྒྲོ་ནས་རྩིང་ཞེན་  
པ་རྣམས་ལ་དགག་པ་ཚ་ཐག་ཆོད་ཅིག་བརྒྱབ་འདུག ངོ་མ་ཁོང་ནི་རྒྱ་བོད་  
གཉིས་ཀའི་སྤྱད་ཡིག་ལ་མཁས་པར་མ་ཟད། དེང་རབས་གྱི་རྒྱབས་ཆེན་  
ཚོམ་པ་པོ་ཞིག་ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཙམ་མང་པོས་ཁོང་ལ་སྤང་དགའ་རྒྱུས་པ་དེ།

སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་མ་རེད་ལ། བོད་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་དུ་འང་  
མ་རེད། གང་ལྟར་ང་རང་ཡང་སྒྲིག་ཐོག་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཚུམ་རིག་དང་རང་  
དབང་གི་སྒྲིག་ཐོག་མེད་སྟེད་བཏང་ནས། ད་རེས་འདིའི་ “གསལ་འདེབས་”  
ཤིག་མཁེགས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་ལའི་ངོས་ལ་སྦྱར་དགོས་སྒྲིལ། འོན་ཀྱང་གསར་  
ཉིད་གི་ལྷ་པའི་བར་ནས་སློབ་མཐའ་གི་མདུན་ལ་མ་དེ་གྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུ་  
ཐུག་ཡོད་པ་ད་དུང་ངས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དཔོག་མེད།

ནི་མ་རྩལ་རིང་ཡོལ་སོང་། གནམ་གན་མའི་རྒྱབ་ལོག་སྤྱང་འཇུབ་  
ཀྱིས་ཁྱེར་བའི་སྒྲ་གྲུར་དང་འདྲ་བའི་སྤྱིན་ནག་གི་ལྷན་པ་འཐུག་པོ་ཞིག་རྒྱབ་  
བྱུང་། མོར་རྒྱང་གིས་ཡོམ་ཡོམ་གཡོས་པས་ལྷའི་རྒྱུ་རིང་རིང་ཁ་ཤོར་ཏེ། འག་  
ཆར་ཤག་ཤག་དུ་འབབ་པའི་བྲོད་དུས་སྤྱིག་གི་ཀྱོ་བ་བཙན་པོས་མདུན་ནས་  
འཁྲིད་དེ་ང་རང་དགོན་པ་ལ་ལོག།

ཡོད་ཆད་སྒྲིག་རུམ་དུ་ཐེམ་པའི་མཆན་མོ་དེར་ང་རང་ཐེངས་གཉིས་  
བ་ཨ་ལགས་སྤྱང་ལ་བཙར་ཏེ། ཨ་ལགས་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཐུག་མཛོད་རྣམ་  
སྤྱས་གཉིས་ཀས་གཟིམ་རྒྱུ་དུ་གསོལ་ལྟོག་ཐོག་གི་བསྟོ་རྟེན་བྱུང་བའི་  
དདུལ་ཡོར་གྱི་སྒྲིགས་བམ་འཐུག་པོ་ཞིག་སྟོག་གིན་འདུག། ངས་སྤྱོད་གོས་  
ཐུག་པ་གཅིག་དུ་གཟར། ཐུས་མོ་གཡས་པའི་ལྷ་ང་ས་ལ་བཙུགས་ཏེ།  
“གཟུང་འཁོར་གཅིག་ལྷག་གི་རིང་སྟོབ་མཐའ་གི་སྤྱན་རིན་ཐོབ་གྲངས་དང་  
རྩེས་མར་ཇི་ཐོབ་ཀྱི་འགྲོ་གྲོན་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ཉིས་སྟོང་སྟེན་རོགས་” ཞུས།  
ཐུག་མཛོད་དང་སྤྱོད་མ་གཉིས་ཀས་ཁ་གཅིག་གྲགས་ཀྱིས་ “ཡོད་མ་རེད་”  
ཅེས་པའི་ཆོག་འཐུ་གསུམ་པོ་དེས་ངའི་མེ་བའི་ཞགས་པ་རིང་པོ་དེ་རྒྱལ་  
ལེར་བཙད་བྱུང་། ད་དུང་གསར་པ་དང་རྟིང་པ། རྒྱ་དང་འབྲས་བླ། ལྷ་བ་དང་  
ལྷ་ལོག་ལྷ་དང་སྤྱོད་སྟོགས་ཁ་ལུ་འདི་དབྱིབས་ཅན་ (w) ཀྱི་སྤྲང་ཆ་མང་པོ་

ཞིག་ངའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ན་བའི་བྱ་ག་ཆུང་དུ་འི་ནང་ཆོ་བརྒྱུད་ས་ཉིག་  
བརྒྱུད་ས་བྱས་བྱུང་། ངས་ “ལགས་ལོ” ཞེས་པའི་ཚིག་འབྲུག་ཉིས་པོ་དེ་སྤྱི་  
བྱང་གི་གཟིམ་ཆུང་དུ་གཡུག་ནས་རང་ཤག་དུ་ལོག

སྤྱི་བའི་རོལ་དབྱེད་ས་ཁྱོད་ཡོད་ཚད་མི་ལམ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་སྤྱོད་  
པའི་ཐུན་གསུམ་གྱི་མཚན་མོ་དེར། ངས་སློབ་བཟང་གི་མི་ཆེའི་འཆོ་བའི་ལམ་  
ཀྱོག་གི་གཟུགས་ཐག་རིང་པོ་དེ་ངའི་སེམས་ཁམས་གྱི་གཟུགས་མཐོང་  
སློག་འཕྲིན་ནང་བཅུག་སྟེ་བསམ་གཞིགས་ལྟ་མོ་ལ་ཞུགས། སློབ་བཟང་པ་  
ཡུལ་ནས་སློབ་གྲུར་འགྲོ་སྟངས། དར་མདོའི་དགེ་འོས་སློབ་གྲུ་ནས་སློབ་  
མཐའ་སོན་སྟངས། ཐོགས་ཐོབ་གྱི་ཆུ་བྱར་ལ་མ་ཆགས་པར་གཞིས་དགོན་  
དུ་རིག་གནས་སློབ་བྱིད་གནང་ཞོར་ནང་ཆོས་ལ་སློབ་སྟངས། མི་རིགས་དང་  
རིག་གཞུང་གི་ཆེད་རང་དབང་བཙོན་ལེན་གྱི་སྤྱི་ཡིག་སྟེལ་སྟངས། ཆབ་  
སྲིད་གྱི་ཆུང་འཆུབ་དྲག་པོ་ཞིག་ལྡང་བའི་ནང་ནས། ཁྱོ་ལའི་དཔྱུལ་འབྲང་  
དོག་པས་རྒྱིས། གངས་ལ་རིང་མོའི་སྐྱོད་པ་བཅད་དེ་རྒྱ་གར་ལ་སྤྱོད་པས་  
སྟངས། ཐོག་མར་རྒྱ་སློར་བྱི་ལྷག་ཁྱར་ཡོད་པའི་དཀྱོགས་གདམ་བྱོད། སྤྱི་  
སྤྱུལ་དགེ་བཤེས་མང་པོས་སློབ་བཟང་ལ་ཕ་རབས་དང་བྱ་རབས་མང་པོའི་  
གྲོགས་འབྲེལ་སྤྱི་གཟུངས། བར་དུ་ཐུག་མཛོད་ནམ་གྲས་དང་ཨ་ཁྱེ་ཁྱེ་  
སྤྱབས་གཉིས་ཀྱིས་དགེ་ཐུག་ཉར་རྒྱར་ཁ་ཚོད་ཤོར་སྟངས། ཐ་མར་དཀྱོག་  
གདམ་གྱི་རྩན་རྒྱུབ་བདོལ་བའི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་སློབ་བཟང་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་  
བྱེད་མཁན་ཆོས་ནམ་འགྱུར་སྟོན་སྟངས། ལྷག་པར་དུ་ “ད་ལྟ་དང་མ་  
འོངས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སློན་པའི་བསམ་གཞིགས་” ཞེས་པའི་དབྱེད་ཚུལ་  
དེ་འབྲི་སྟངས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟིང་ཞེན་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཚན་  
གནས་ལུགས་ཇི་ཡིན་མ་ཤེས་པར་འབྲོག་པས་ཕག་ཤ་མཐོང་བ་ལྟར་བྱུང་





ཐེབས་ཐལ། ལུག་མཛོད་ནམ་སྤུས་ཀྱི་ཚ་བོ་ཆོས་ལུན་དེ་ཉིན་འཆམ་པ་རུང་  
 ཟད་ན་ནས་ཉལ་བྱི་དེའི་ཐོག་ཉལ་འདུག། དགེ་བཤེས་རིན་པོ་ཆེས་ཁོང་ལ་  
 འཆམས་འདྲི་བྱས་པ་ཞིག་གནང་ནས་ལག་ཁྲག་མེར་བོ་ཞིག་ཁ་ཐྱེས་ཏེ་  
 སྒྲོར་མོ་ལྟ་བུ་ཏག་ཏག་གནང་སོང་། ད་དུང་ “ཟ་མ་ལག་པོ་ཟོ། འཕྲོད་  
 བསྟེན་ཡག་པོ་བྱིས” ཞེས་ཟབ་ཅིང་ནན་པའི་སྒྲོབ་སྟོན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་  
 གནང་ནས་ཐེབས་སོང་། ངས་སྒོ་བཟང་གི་ལག་པ་གཡས་པ་ནས་འཇུས་ཏེ་  
 ཡར་སྒོང་བའི་སྐབས། ལུག་སྒོ་ནས་ཡུལ་སྒོར་སྒོ་འབྲུམས་ལ་སྒྲོད་པའི་ཕྱི་  
 སྒྲིང་པའི་བྱ་མོ་མགོ་མེར་ཞིག་འཇུལ་བྱུང་། ལྷ་མོ་དེས་ཁ་ཐུག་སྒོ་བཟང་གི་  
 ལག་གཡོན་པ་ནས་འཇུས་ཏེ་ང་ལ་སྒྲོང་རོགས་བྱས། གང་ནས་འབྱར་བ་མ་  
 ཤེས་པར་མོའི་སྟོད་ཐུང་གི་ཕྱ་ཐུང་སྟེ་མོར་སྐབས་སྐྱག་ནར་མོ་ཞིག་འབྱར་  
 འདུག་ཀྱང་མོས་བཙོག་ཉམས་པར་ཞོག། ཉམས་སྒྲུང་ཙམ་ཡང་གནང་གི་མི་  
 འདུག། ག་ལེར་ཉལ་བྱི་ལ་འབྲིད་རྗེས་བྱ་མོ་དེས་གདུང་སེམས་ཆེན་པོས་  
 སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་བྱུང་ཡང་། ལུན་གཉིས་ཀས་དབྱིན་སྐད་མི་གོ་  
 བས་བདེ་མ་འཕྲོད། མོའི་སྐྱེ་ལ་བྱངས་ཤིང་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ལེ་ཏགས་ཤིག་  
 བཏགས་འདུག་པར་སྟོས་ན་མོ་ནི་སལ་ཆེར་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་འཛིན་  
 མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་དཔོགས་རུས། ཁོང་སྒོ་བཟང་གི་ཉལ་བྱིའི་བྱར་དུ་  
 བཟུང་ནས་སྟོང་རྗེ་བའི་སྒྲོ་ཉམས་ཤིག་གདོང་ངོས་ལ་ཤར་བར་མ་ཟད། མིག་  
 བྱང་ནས་སྟོན་ཞིང་དྲངས་པའི་མིག་ཚུ་ཤེལ་དཀར་གྱི་སྒྲེང་ཐག་ཆད་པ་ལྟར་  
 བབས་བྱུང་། ལུག་ལྷ་བྱ་བྱའི་དདུལ་ཁྲག་རང་ག་བ་ཞིག་ཁ་ཐྱེས་ནས་ཕྱི་  
 སྒྲིང་པའི་དདུལ་ལོར་གཉིས་སྐད་དེ། འབྲོག་པས་ཐག་ཞགས་འཕེན་པ་དང་  
 འདྲ་བའི་དབྱིན་ཡིག་ནར་མོ་ཡིག་སྒྲེང་གསུམ་བཞི་ཙམ་གྱིས་ནས་སྒོ་བཟང་  
 གི་མགོས་སྤུས་ལ་བཞག་སྟེ། བེང་ (bank) ཞེས་པའི་གྲེས་མཇལ་གྱི་

བད་ཞིག་བྱིན་ནས་སྤྲོད་ཁང་གི་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཐོན་སོང་།

ང་རང་དགའ་སྤྱོད་ལྟེ་མའི་ངང་ནས་ཉིན་དེའི་བསམ་གཞིག་གི་  
སྒྲིགས་བཅ་གསར་པ་ཞིག་སྒྲིག་མགོ་ཚུགས། “ཨ་ཨོ། དག་བཤེས་རིན་པོ་  
ཆེ་ལུང་རིགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོའི་ལྷ་རམ་པ་ཡིན་  
པར་མ་ཟད། ད་ལོ་དག་ལུགས་རྒྱགས་སྤྱོད་སྐབས་ལྷ་རམ་ཨང་དང་པོ་རེད།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་མི་ཆེ་མཉམ་གཤིབ་གནང་མཁན་གྱི་མི་འདི་  
ཆོ་ཡང་། འབྱོར་མེད་ཉམ་ཚུང་གི་བྱ་ལ་གཟེགས་སྒྲུངས་འདི་འདྲ་རང་དང་  
ཨེ་ཡིན།”

ད་དུང་ཁ་ཅང་ཆོ་འཕུལ་སྤྲོད་ལམ་ཆེན་མའི་དམ་བྱའི་ཐོག་ནས།  
“སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་གྱིར། །ཡང་དག་ཚོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
འདོད” ཅེས་པའི་ཙ་བ་དེ་བསྐྱངས་ནས། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་རང་ལས་  
གཞན་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་ཚོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་བདག་ཉིད། སྤྲོད་པ་དང་འཇུག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་རྣམས་པར་  
གཉིས་སོ། ཞེས་པའི་ཆོག་འབྲེལ་དང་འབྲེལ་བའི་བཤད་པ་ཟབ་ཅིང་བསྐྱིད་  
བའི་སྒྲོ་ནས་དགག་གཞག་སྤོང་གསུམ་གྱི་འཛིན་མཆམས་ཉ་ལས་དགོས་པ་  
ཞིག་གནང་སོང་བ་རྣམས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དུ་ན་ནས། མགོ་ཐུག་ཐབས་མེད་  
པའི་རྟོག་འཛིང་གི་རི་མོ་མང་པོ་ཞིག་ངའི་སེམས་ངོས་ལ་བྱིས།

ཨ་ཨོ། སྤྱོད་བཟང་དང་ཆོས་ལྷན་གཉིས་ཀ་དག་བཤེས་ལགས་དང་ས་  
ཡུལ་གཅིག་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཐ་ན་གྲོང་པའང་གཅིག་པ་རེད། ཁྱོང་  
གཉིས་ལས་གཅིག་ལ་འཆམས་འདྲི་ལག་རྟགས་སྤྱད་ནས་གཅིག་ཤོས་ལ་  
འཆམས་འདྲི་དང་སྒྲོར་མོ་སྤྱོད་རྒྱ་པར་ཞོག ས་ལ་རེངས་པར་དོག་སྒྲ་ཐོག་  
གའས་བྱས་ནའང་ཡར་མི་སྤོང་ཞིང་ཕྱི་མིག་ཅམ་ཡང་མི་འཕེན་པར་བཅོག་

ཉམས་ཀྱིས་སྒྲ་གཉེར་ཞིག་བྱས་ནས་ཐེབས་སོང་བ་འདི་གཉིས་ལ་གཟིགས་སྒྲས་ཉེ་བཟེ་འདི་འདྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤོར་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ། སྒྲ་ཡང་ངའི་སྒྲིང་དཀྱིལ་ནས་གནོན་ཐབས་མེད་པའི་ན་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕྱར་བྱུང་། “ངོ་མ་ཉམས་ལེན་མེད་ན་དགོན་མཆོག་གསུམ་མི་དགོས་བརྒྱུ་ཡོད་ནའང་ཉ་ལས་རྒྱ་མི་འདུག། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཇི་ཙམ་མཁས་ནའང་བྱམས་དང་སྒྲིང་ཇི་ཁབ་ཅེ་ཙམ་མེད་པ་ལ་དེ་བས་ཉ་ལས་རྒྱ་ཅི་ཡོད། བྱམས་དང་སྒྲིང་ཇི་ཡོད་ན་དགོན་མཆོག་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ཀྱང་དགོས་རྒྱ་མི་འདུག། ལུང་རིག་གི་རོལ་དབྱངས་སྐྱམ་པོ་ལ་མཁས་པའི་ཆེད་དཀའ་ལས་རྒྱབ་པའང་དེ་བས་དགོས་རྒྱ་མི་འདུག། ཅི་པན། པ་རྟོ། སྤྱི་ཆོགས་ནད་སྤྱི་མཉམ་གྱི་པན་སེམས་དེ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་རེད་མ་གཏོགས་...”

ཆུ་ཆོད་འཁོར་ལོའི་མཛུབ་མོ་སྤྱོད་པོ་དེ་ཨང་གི་བདུན་པའི་ཐོག་མདའ་རྒྱབ་པ་ལྟར་སྤེལ་བྱུང་། ངས་བསམ་གཞིག་གི་སྤྲེགས་བམ་སྟོག་མཚམས་བཞག་སྟེ་སྤྲན་ཁང་གི་ལྟག་སྟོ་ནས་བྱི་ལོག་ལ་ཐོན། མཐོ་མིན་དམའ་མིན་གྱི་རྒྱབ་རིའི་ཅེ་མོ་ནས། ཉི་མ་དམར་ཀོར་ཀོར། འོད་ཟེར་སེར་ལྷམ་ལྷམ། རྒྱབ་ཁའི་འོད་སྤྲུག་ཁྲོད་ལྟོན་ཤིང་ནམས་གཡོ་འགྲལ་མེད་པ་འཇམ་ཐིང་རེར། འོད་སྤྲུག་གི་སྟོ་ཉམས་འཕོས་པའི་མཚམས་སྤྲོད་གནམ་ངོས་ལ་དམར་ཐིང་ཐིང་། ཆང་ཆོང་གོན་པའི་རི་ཕྱན་ནམས་སྤྲིང་འཇགས་སུ་གནས་ནའང་། མི་ནག་གི་དུས་བདེ་ཞིག་སྤེལ་བར་དོགས་པའི་ཉམས་ཀྱིས་བྲ་སིམ་མེར་བསྐད་འདུག། སྤྱི་སིང་སིང་གི་རྟུང་དུལ་ལང་མཚམས་ཆད་མ་སྟོང་བའི་ལམ་ཕྱན་དེར་མོ་ཏེ་རྒྱང་རྒྱང་དང་སྤྲུག་སྤྲུག་ཐོག་འགྲོ་སྟོད་བྱེད་པའི་འབྲེར་ཕྱན་མང་པོ་དང་། མི་ཆད་ལས་ཆེ་བའི་བྲར་པོ་མགོ་ཐོག་དུ་བྲར་

བའི་རྒྱ་གར་དང་ཐོད་པ་གན་གཞིན་མང་པོ་འགྲོ་བཞིན་འདུག་དུང་ལྷགས་  
 ཉ་བཞིན་མཁན་གྱི་ལམ་འགྲུལ་དང་དཔེ་ཆ་སྒྲོར་མཁན་གྱི་ཨ་ནེ། དགུང་  
 འབྲུམས་འགྲོ་མཁན་གྱི་སྒྲོབ་དགོ་ཁ་ཤས་ཡར་མར་འགྲོ་གིན་འདུག་ཆ་མི་  
 མཉམ་པའི་འཛིག་རྟེན་འདི་སྤྱ་ཞིག་གིས་བཟོས་པ་ཡིན་ནས། མཁེགས་ཤིང་  
 ལྷུ་མ་པོའི་གོ་ལ་འདི་རྒྱལ་པོར་གཏོང་བྱས་པའི་དཔལ་པོ་ཞིག་འཛིག་རྟེན་  
 འདིར་ཡོད་དམ་མེད་།

### བཞི།

ཡ་ང་ཞིང་སྤིང་རྩེ་བ་ཞིག་ལ། འཆི་བདག་གི་མོ་ཉ་སྤོང་ཐུག་མང་པོས་དུས་  
 གྱི་ཞགས་ཐག་ནག་པོ་ཉིན་མཚན་དུས་དུག་དུ་ས་གཡུགས་གནམ་གཡུགས་  
 གྱི་རྒྱུང་འཕྲུལ་དུག་དུ་ལྷང་བའི་གསེབ་དུ། ཉམ་ཐག་ཁེར་རྒྱུང་དུ་ལུས་པའི་  
 བྲ་རྒྱུང་སྒོ་བཟང་གི་ཆོ་སྒྲོག་གི་ལྷོ་བ་ཕྱ་མོ་དེ་ཆུད་ནས། འཛིག་རྟེན་སྤྱི་མའི་  
 ལུལ་དུ་འབྱིད་འདུག་སྤྱི་སྤྱིང་པས་སྤྱོད་པའི་དཔལ་པོར་དེས་ཉིན་སྒོར་སྤྱི་མ་  
 སྤོང་མ་ཟེན་ཅམ་ཐོབ་འདུག་པ་ལས། སྤྱན་རིན་དང་། ཁང་སྒྲུ། ཐ་རིན། ལུ་ལོན་  
 ཅག་ཅིག་དགོས་པ་རྣམས་སྤྱད་པས་ལྷག་མ་ལུས་པ་ནི་ཉིན་སྒོར་ལྷ་བཅུ་  
 ཉག་ཉག་རེད། ཐོག་དཔལ་ལེབ་ལེབ་གཅིག་ལྷ་དེ་སྒོ་བཟང་གི་ཆེད་དགོན་  
 པ་ལ་བཟོ་རྟེན་དུ་ཐུལ། དགོ་བསྐྱོས་གྱིས་ཆོགས་སུ་ “སྒོ་བཟང་གི་ཆར་  
 འདུག་དུང་མ་གཟམ་ན་སྤོད་པ་ངན་པ་རྣམས་ལྷ་ལ་ཐོག་ཐུག་འགྲོ་འོང་”  
 ཞེས་པའི་ཆོག་འདྲུ་དེ་ཆོ་ནར་རེར་འདི་རྣ་བའི་ནང་དུ་འཕྲུལ་བྱུང་། “རང་དང་  
 ལྷ་སྤྱོད་མི་མཐུན་པ་དང་། སྤོར་མོ་མེད་ཆད་སྤོད་ངན་ཡིན་ཨོ་ཤེས། ཁ་ཅང་

ཁོང་ལ་སྒྲོར་མོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་སྟེ་གོ་སྐབས། སྒྲོད་པ་ཡག་པོའི་མཚན་  
གཞིར་སྒྲོ་བཟང་མ་གཏོགས་བཞག་སྒྲུ་མེད་ཅེས་པའི་ཚོགས་གཏམ་དེ་ད་  
དུང་མཁའ་དབྱགས་ཀྱི་གསེབ་དུ་གནས་ཆེན་མས་ཉར་ཡོད་ངེས་ཡིན། ཨོ་  
རྟོ་རྟོ། མའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་དགེ་སྤྲིག་སྤང་བླང་ཡོངས་རྫོགས་མཐར་  
གཏུགས་ན་ ‘སྒྲོར་མོ’ ཞེས་པའི་ཚོག་འབྲུ་གཉིས་པོ་འདིའི་ནང་དུ་འདུས་  
འདུག” ངས་དེ་ལྟར་བསམ་བཞིན་སྒྲོ་གདུང་གི་དབྱགས་ཞགས་རིང་པོ་ཞིག་  
བར་སྤྲང་ལ་འཕངས།

ལ།

སྤྱིང་འཇགས་ཀྱི་དགུང་དུས་ཅེ་སྤྱང་གི་འདུར་རྒྱུག་དང་། མ་མའི་དུ་རྒྱངས་  
མེད་པར་བྱ་སེམ་མེར་གནས་པའི་དུར་བྱོད་སྐྱམ་པོ་དེར། བདག་པོ་མེད་པའི་  
ནམ་ཤེས་འབྲུམ་པོ་དང་། ཆགས་བྱུམ་དུ་སོང་བའི་མགོ་རུས་སྐྱམ་པོ། ད་  
དུང་འཕར་སྤྱིང་མེད་པའི་སྤྱིང་ཤི་པོ་མང་པོས་གང་བའི་གསེབ། སྒྲོ་བཟང་གི་  
ཕུང་པོ་སྤྲིགས་པའི་མེ་ཕུང་འུར་འུར་དུ་འབར། མེ་རྒྱབས་ཀྱིས་སྤྱིན་པ་འཚོག་  
དུ་ཞགས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་སྤྲིབ། ཚག་སྒྲོ་དང་ཕག་སྒྲོས་ས་གཞི་གས།

ང་གཅིག་ཕུས་དགོན་མཚོག་ལ་གསོལ་འདེབས་ཞུས།

ང་གཅིག་ཕུས་མ་ཆིའི་དབྱངས་རྟ་འཐེན།

ང་གཅིག་ཕུས་ཚ་གསུར་གྱི་དུ་བ་གདུག

ང་གཅིག་ཕུས་མུ་རན་གྱི་དུ་རྒྱངས་བྱེད།

ང་རང་གཅིག་ལྟམ་བཞེད་མི་ཚར་བའི་སྟོ་གདུང་རིང་པོ་ཞིག་དུང་དེ་  
དུར་བྱོད་ནས་རང་ཤག་ཏུ་ལོག་

སྐྱེ་གསུམ་མཚན་མོའི་སྟེན་རུམ་གྱི་ཞིང་ནས་སྟོ་བཟང་དང་སྐར་ལང་  
མཇལ་འཕྲོད་བྱུང་། ཁོས་དགའ་སྟེན་གྱི་བཞེད་མོའི་མི་མོ་མང་པོ་ཞིག་ངའི་  
སེམས་ངོས་ལ་འཁྱི་བཞིན་པའི་སྐབས། མི་ཚོགས་སྟོང་གིས་བྲེལ་དགོད་  
བྱེད་པ་དང་འདྲ་བའི་འཁར་ཇའི་སྐྱ་སྐབས་དེས་ང་གཉིད་ལས་དགྲོགས་བྱུང་།  
ངས་ཁ་ལག་ཚུས་མ་བཟུས་ལ་ངས་གདིང་བ་སྟེན་ཏུ་མ་སྐྱབས། ངས་ཐོར་  
བྱུག་ལག་ཏུ་མ་ཐོགས་པར། ངས་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་དེང་རབས་  
གྱི་སྟེན་ཐོགས་པ་སྟོ་བཟང་གི་མི་ཚེའི་བྲེལ་གྱི་གྲོག་གི་ཆོར་བ་དྲོན་མོ་ཞིག་  
ཤོག་ཐོག་ལ་ཕབ་མགོ་བརྩམས། ངས་བྱུངས་བྲེལ་གིས་སྟེན་ཆ་བྱས་པའི་  
སྟེན་གྱ་ལག་ཏུ་བཟུང་། འཁྱི་དེབ་ཅོག་ཙེ་ཐོག་ཏུ་གཉིད་། མིག་ཆུང་དང་  
བྱུངས་བྲེལ་གིས་སྟོན་པའི་ཤོག་དྲིལ་ནར་མོ་ཞིག་ཟུམ་གཟུགས་སུ་འབྱེལ་  
བའི་གོ་ལའི་ངོས་ལ་སྦྱར།

དུས་ནམ་ཞིག་ནས་ནམ་ཞིག་གི་ཆོར་། ཁེར་གྱིང་དུ་ལྟས་པའི་སྟོ་  
བཟང་གི་ནམ་ཤེས་འབྱུངས་པོ་དེས། ངོས་མི་མཉམ་པའི་གོ་ལའི་གྱུ་བྱར་  
ཞིག་ནས། ཉིད་ཞེན་གྱི་རྩ་གོག་ལ་རྟོག་རྩིས་ཤིག་གཏང་ནས། ལས་སྐལ་གྱི་  
ལྷ་ལ་སྟེན་དམོད་དང་། རེ་བཅོལ་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་ལ་མཆིལ་ཞགས་ཤིག་  
འཕེན་ངེས།

༡༩༩༧།༧༡༢-༢༩ སྟོ་ཐོགས་འབྲས་སྟོ་སྐྱེད་ནས།

# དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ།

ཡེ་ཤེས་གྲུ་མཚོ།

བོད་ཀྱི་ཚུམ་པ་པོའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཆོག་ཆེན་ཐེངས་དང་པོའི་སྤྲེང་གྱུར་འདོན་  
བྱས་པའི་སྟུན་ངག།

ལོ་དེར་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཐོག་མའི་དུ་རྒྱུད་ཀྱིས་སྤོང་འཇགས་ཀྱི་འཛིག་  
རྟེན་འདིརི་གྲུ་རྒྱར་ཐམས་ཅད་ཤིག་ཤིག་དུ་འདར་ཞིང་། བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཐོག་  
མའི་མིག་འོད་ཀྱིས་མ་རྒྱལ་ལྟན་པོའི་སྟོ་བ་ཚལ་བར་གཤགས།

༡

ཉི་མ་གྲངས་མེད་ཅིག་ནུབ་ཅིའི་ཕྱག་ནས་གས་ཤིང་། བྱེད་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་མེ་  
སྟག་ཕྱ་མོས་བྱང་ཐང་གི་འཇག་སྒྲུ་ཐོན་པོ་བསྟེགས་ཤུལ་དུ་ལྷས་པ་ཆོདྲེག་  
ཆགས་པའི་སྟགས་རལ་སྒོ་མ་པོ་ཞིག།

༢

མིག་རྒྱང་སྤོང་སྟག་གིས་བསང་ཆུའི་དཀྱིལ་གྱི་གྲུ་རྒྱུང་དེར་ཏའ་ཐོབ་རྒྱག་  
དུས། བྱེད་ཀྱིས་ཉི་ཟླ་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་དེར་ཆོལ་ཆེན་གྱི་མར་མེ་སྤར་ཞིང་  
མི་རྒྱུད་གྱི་སྤྲེང་གྱུར་འདུད་བཞིན་ཙམ་ཁྲག་རྒྱུང་དུ་དེ་ཁྲར་ནས་ལམ་དུ་ཆས།

༣

དངུལ་སྒོར་ལེག་མོས་པོ་ཏཱ་ལའི་སྒྲེུ་བྱང་ཤན་ཐངས་རེ། བྱེད་ཀྱི་ཏཱ་  
བྱངས་མཐོན་པོས་ཡར་ཁྱུང་གཅང་པོའི་ངགས་ཀྱི་སྒྲོ་གཤོག་བྲག་གིས་  
འཆོས་པའི་ངང་པ་བྱུ་དེ་གཉིད་ལས་དགོགས།

༤

བྱེད་ཀྱིས་རྒྱལ་བློགས་སུ་འཐེན་པའི་ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་མཆོའི་ཞབས་རྒྱུ་  
དེད་དེ་གངས་ཅན་པའི་ལས་སྐལ་དང་བསོད་ནམས་ལ་ལའང་ར་བྱེད་བཞིན་  
སྐར་ཡང་ལམ་དུ་ཆས།

༥

བྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་མི་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ལོན་པའི་བགེས་པོ་དེའི་སྐྱ་ཀར་གཅིག་  
ཡིན་པ་རྟོགས་དུས། ཁ་མིག་བྱི་སྒྲོང་གི་ཆོར་མ་རྟོན་པོས་བྱོད་ཀྱི་ཉམ་ཆུང་  
གི་ལུས་པོ་དེ་ཟངས་ཐལ་དུ་སྒྲག།

༦

ལོ་ངོ་སྒྲོང་བྲག་གི་མ་ཤུལ་ལུས་པའི་ཀར་སྒྲིང་གི་འགྲུང་བྲག་སྒྲན་མའི་བྱོད།  
བྱེད་རང་བན་བུན་རྒྱ་བའི་སྐྱ་ག་སྒྲིན་གྱིས་བཀའ་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་དེར་  
སླེབས་དུས། གསེར་སྒྲང་འབྲུམ་གྱིས་མི་བྲགས་པའི་ཕྱ་རབས་པའི་ཞབས་  
རྒྱུ་རེ་རེ་བྱེད་ཀྱི་མིག་མཐར་འཇུག།

༧

བྱེད་རང་ཆང་བྱི་དང་སྐྱར་བྱིར་འབྲེས་ནས་བྱིར་ལོག་པའི་ཉིན་དེར། སྐྱ་དྲག་  
དང་ལྷ་ལྷུ་མ་ཆོས་ “གཡག་བྱོ” དང་ “འབེལ་གར” འབྲལ་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་  
ཀར་མཇུག་ཆང་མ་གསེར་གྱིས་གཡོགས།



པོ་རྒྱལ་སྤྱིན་ནག་གིས་བདུམས་པའི་ས་སྟོད་ཅིག་ལ། བྱེད་ཀྱིས་ཀང་  
ལྷགས་ལག་ལྷགས་དུད་ནས་བྱི་མོན་གྱི་ཕུན་པ་བྱོན་དུས། བར་སྐོར་གྱི་སྤྱོན་  
མ་དེས་སློབ་ཀྱིས་བྱོན་བཞིན་མཁའ་འགྲོའི་གསང་ཚོག་མ་ཆིའི་གདངས་སུ་  
བྱེད།

༢

བྱེད་ཀྱིས་ལྷགས་སློབ་གི་སེལ་སྒྲ་དང་མཉམ་དུ་བྱེད་བའི་གད་བྱངས་རེ་རེ་  
བྱི་གཤོག་བྱལ་མོའི་གཡུ་སྒྲབས་ལས་འཕྱར་ནས་མ་བྱལ་ལྷན་པོའི་སྤན་དུ་  
སེམ་མོད། མི་ལམ་དང་ལྷ་སྒྲུང་གི་མལ་གོས་འཕྱག་པའི་མི་རིགས་གིག་  
མིག་བཞིའི་བྱངས་ཀ་འཕར་ཆག་གི་སྒྲོང་ན་ནོར་བུའི་ནོར་ངོ་མ་ཤེས་པར་  
ལུས་འདུག

20

བྱེད་རང་སྒྲ་ལོ་སོག་འདབས་སུ་དབྱངས་ནས་རང་སྤྱིལ་དུ་ལོག་དུས། ཟུ་  
གསང་གི་གཏེར་ཡིག་སྒྲགས་པའི་ལྷགས་སྒྲམ་ནག་པོ་དེ་བོར་ཤུལ་དུ་རྩོ་  
ལྷགས་ལས་བྱུབ་པའི་འདྲི་ཏགས་སྤྱི་མོ་ཞིག་གིས་བྱེད་ལ་བྲེལ་དགོད་བྱེད་  
བཞིན་འདུག

21

བྱེད་ཀྱིས་གསེར་སྤེ་དང་ཁ་བ་བསྐྱེས་ནས་བར་སྐོར་དུ་བྱོམ་ཆུང་སྟོན་དུས།  
པོ་རྒྱལ་ལའི་སྤེའུ་བྱང་ལས་སྤྱིར་བའི་བཙན་པོ་ན་རིམ་གྱི་བཞད་སྤྱས། ཨ་མ་  
བསྟན་མས་བཞོས་མ་ཆར་བའི་གངས་སེང་དཀར་མོ་འདྲིག་ཐངས་གཅིག་  
གིས་ཚལ་ཁ་གསུམ་གྱི་རི་ཁྲུང་ཡོམ་ཡོམ་བསྐྱལ།

22

བྱེད་ཀྱིས་དཔོན་ཞང་དོ་རིང་དང་སྤྱོད་པམ་གཉིས་ཀྱི་གས་ཚིག་ཟབ་མོ་  
ལག་མཐིལ་ནས་སྟོན་དུས། མིག་མེར་གྱི་བྱི་ལ་འགའ་མེས་མཐུག་མ་མེས་  
ཡིས་ཚིག་བཞིན་རང་ལུས་གར་འཛོག་གི་ས་ཡང་མ་རྟེན་པ་དགོད་བྱོ་བའི་  
གནས་ལས་གཞན་ཅི།

23

བྱེད་རང་ཨ་རག་གིས་བཟི་བའི་མཚན་མོ་ཞིག་ལ། བྱེད་ཀྱི་མགྲིན་པའི་མཚོ་  
དོགས་སུ་ཅེན་པའི་དབྱངས་ཅན་མས་དུང་སེམས་ཀྱི་རོ་མངར་འཛོག་པའི་  
སྟན་ཚིག་དུམ་བུ་ཞིག་གསེར་གྱི་ཚིགས་ཁབས་ལ་བརྒྱས་ནས་བྱེད་ཀྱི་སྤྲས་  
འབྲམ་དུ་འབངས།

24

ལས་སྐལ་གྱི་ལྷ་དབང་ལ་ཕོག་ཐུག་གོར་བའི་བྱེད་རང་མཛའ་བའི་ཆུང་  
གྲོགས་དང་གཏན་དུ་བྱེས་པས། བཅེ་གདུང་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་བགོད་པའི་  
ལམ་ཡིག་ཅིག་བྱེད་ཀྱི་སྤྲག་ཅེ་ནས་ཁད་ཀྱིས་འབྱས།

25

རྫོ་ཁང་གི་སྤྱོ་ཆེན་ལ་བྱོ་ལྷ་མ་བརྒྱབ་པའི་སྤྲ་ལོར། བྱེད་རང་ཐོ་རངས་སྐར་  
ཆེན་དང་འགྲོགས་ནས་མིག་ཆུ་དང་སྤྱོ་སྤྱོ་མེད་པའི་ཞིང་ཁམས་དེར་  
གཤེགས་མོད། བྱེད་ཀྱི་ཞབས་རྗེས་དཔར་བའི་ཁ་བ་སྤར་བཞིན་ལོ་སྤྱི་ཁོར་  
ཡུག་དུ་བབས།

༡༩

དེ་ནས་བཟུང་། མ་གྲུལ་ལྷན་པོས་ཐུང་ན་གྱི་ཞུ་དཀར་མི་འཕུད་པའི་དམ་  
 བཅའ་དང་མ་གྲུང་རིང་མོས་སྒྲོ་གདུང་གི་སྐབས་སྤྱ་མི་གཉིས་པའི་གཡར་  
 དམ་སྤུལ་སྒྲིང་ལ། དེ་ནས་བཟུང་། ཉི་མ་དམར་པོས་གངས་དཀར་གྱི་དབུ་ཅེ་  
 མི་བཞུ་བའི་བློ་ཆོག་དང་བཅོ་ལྷའི་དྲང་སྤྱོད་སྤྱ་ནག་གི་མི་ལམ་མི་དགོག་  
 པའི་ཁས་ལེན་བྱས་ཟིན།

༡༧

དགེ་འདུན་ཚེས་འཕེལ། གཤམ་ལོག་ཐོམ་པོ་བྱེད་སྤྱི་ཙལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་དེར་  
 གཏན་དུ་མནལ། དགེ་འདུན་ཚེས་འཕེལ། ལྷན་ངག་སྤྱ་བ་བྱེད་དེ་རིང་གི་  
 འཛམ་གླིང་དུ་འབྲུག་ལྷར་གྲགས།

༡༩༩༧།༡༡༡༢ ལ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཆོའི་འགམ་དུ།

# ཁ་བ་བྱ་ཡུག་ནང་འཆོ་བའི་གངས་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་ཆུང་།

བསྟན་འཛིན་དབང་མོ།

སྟུག་རྩལ་ཁ་ཆར་གྱི་ཁྱོད་དྲུ་འཕར་བྱེན་དྲུ་དབྱེས་ཤིང་བྱ་ཆུང་གྲང་  
ངར་ལ་ཉམ་ང་མེད་པ་དེ་ནི་མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒྲུང་དྲུ་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱིངས་  
ཤིང་ངར་སྐྱ་སྟོབས་པའི་གངས་གཡག་གི་བྱ་ཆོས་སོ།

ནམ་རྒྱན་ངའི་ཡ་ཆུང་གངས་དཀར་ངོས་སུ་རྟག་བརྟན་འགྱུར་མེད་དྲུ་  
གསལ་བ་ནི་གངས་གཡག་སྟེ་གངས་རི་ཤེལ་དཀར་གྱི་རྒྱན་ཆ། ཆོས་  
མདངས་སྒྲུང་སྟོངས་ཀྱི་བདག་པོ།

མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒྲུང་གི་བྱ་ཆུང་བྱེད།

གཡག་ལགས། བྱེད་ཀྱི་སྟུན་བྱང་གི་བྲག་དམར་ལས་གངས་ཁྱོད་ཀྱི་  
འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མཛོན་ཞིང་དབྱལ་བའི་རྩ་ཅེ་ན་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱའི་མེ་  
ལྷེ་འབར་བས་དེང་རབས་གཞིན་རྒྱུ་སྤྲོད་ཁམས་ཀྱི་འཕར་ལྗོངས་གསལ།

གཡག་ལགས། བདག་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་ཉེ་འདབས་ནས་བྱེས་པའི་གངས་  
ཁྱོད་ཀྱི་འབྲི་མ་ཞིག་སྟེ། བྱེད་དང་ང་ཡང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་བཤད་  
ཅི་དགོས། འོན་ཀྱང་བདག་ལ་བྱེད་ལྟ་བུའི་གཟེ་བུ་དང་སྤྲོད་སྟོབས་མེད་  
ཀྱང་གངས་ཁྱོད་ཀྱི་འཛིན་མ་བབྱང་སྟེ། འབྱུང་འབྱུར་གྱི་འཆོ་བའི་ཁྱོད་དྲུ་  
དགའ་བདེ་གསར་པ་ཞིག་འབྱུལ་རྒྱ་ནི་ཐོག་མའི་སེམས་པའང་ཡིན་ལ་མ་  
འོངས་པའི་རེ་བའང་ཡིན།

གཡག་ལགས། ཡིན་ནའང་ཁྱེད་ལ་བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་བྱང་ལེམས། ལྷག་  
སངས་ལྟ་བུའི་ང་རྒྱལ། སྤང་ཆེན་ལྟ་བུའི་རིན་ཐང་། ཏྲ་མཆོག་ལྟ་བུའི་མགྲོགས་  
ཙུལ་མེད་ཅེས་ཀྱན་གྱིས་ཁྱེད་ལ་དགའ་མོས་མི་བྱེད་མོད། ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཆ་  
ཤས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ནམས་ཀྱང་ངའི་བྱ་ན་འཛིན་གྱི་སྤྲང་ངོར་ཉ་ཅང་གསལ་ལ་  
ཐེན་ཏུ་སྤྱག་པས། ང་ཏུས་ཏྲ་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་དགའ་ཞིང་། ངས་ཏུས་ཏྲ་ཀྱི་ཁྱེད་  
ཉིད་བྱ་བ་བཞིན་གནས།

རྒྱ་མཆན་ནི། ཁྱེད་ཀྱིས་ཆོ་མཚུག་གི་ནམ་ཤེས་ཀྱང་མཐོ་སྤང་རྩ་ཐང་  
ལ་འབྱལ་བར་མ་བཟད། ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བཞིས་ཁ་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁྲོངས་ལ་  
ལེགས་སྦྱོར་གྱིས་རི་མོ་བྲིས་ནས། ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱ་ཉག་རེ་འཇི་རྩེ་ན་རྒྱལ་ཞེན་  
གྱི་སྦྱིང་བྲག་ཉར་ཡོད་པས། ཁྱེད་ནི་ཡོད་ཚད་མཐོ་སྤང་གི་མཛོས་སྤྱག་དང་།  
བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཆེད་འབྱལ་བར་སྤོ་ཞིང་རང་སྤོ་བས་ཀྱི་ནུས་པ་དང་འབད་བརྩོན་  
ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བར་འདོད་པས་སོ།

མདོར་ན་གཡག་ལགས། འདས་པའི་ལོ་ལྷའི་མཆི་མ་དང་བྲག་རྒྱུན་  
གྱི་རྒྱ་ཁྲོང་ཆེན་པོའི་ནང་། ཁྱེད་ཀྱིས་གོམ་སྤྱབས་དང་གཟི་བཞིང་། དཔལ་  
ཉམས་དང་ཤུལ་རྒྱས། ཆེས་མཐའ་མཚུག་གི་དབྱགས་རྒྱུན་དང་ཆོ་སྤྱོད་གི་  
སྤྲང་བཅུད་ནམས་གངས་ཁྲོངས་ཀྱི་བདེན་མཐའ་སེལ་བའི་དཔང་སོ་ཡིན་  
ཞེས། མཁྲིས་ནད་ཀྱིས་གཟིར་བའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤོན་མ་ངའི་ངག་ནས་  
བདོལ།

# སྒྲིང་གསོན་པོ།

རེབ་གོང་དཔལ་བཟང་།

ལྷག་བསམ་ནི་གངས་ཅིའི་དབུ་ཕྱེར་དམ་དུ་འབྱུང་ཅིང་།  
དུངས་སེམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་རྩ་ཐང་དུ་འཛུམ་ལེར་བཞད།  
ཡིན་ནའང་།

སྒྲི་སྒྲིང་གི་ཐུན་པས་འཛིག་རྟེན་སྒྲིབ་དུས།  
དུན་གདུང་གི་མིག་ཚུ་དྲོད་མོ་སྒྲིང་ལ་གྲང་།  
འཕར་ཙམ་གཞུ་རྒྱུད་ལས་འཕོས་པའི་སེམས་པ།  
སྒྲོག་ཞགས་ཀྱི་ཤུགས་དང་བསྐྱོངས་ནས།  
འཕུར་སོང་།

མ་འོངས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ལ།

མདུན་སྒྲོད་ཀྱི་གོམ་ཁ་ནི་ཏྲ་མཆོག་གི་བར་ཙམ་ལས་ཟུར་ཞིང་།  
འཆོ་བའི་སྒྲི་ཕྱོག་འདི་རྩ་མཐའི་ཡུ་མོ་ལས་སྤྲ་བར་གདལ།  
འོན་ཀྱང་ ...

ཕུགས་བསམ་གྱི་རང་ཤུགས་དེ་དག་མ་སྒྲིང་ལས་བཞུར་རྒྱུན་རིང་།  
གསར་གཏོད་ཀྱི་སྒྲིབས་ཕྱི་འབྲུགས་པའི་གོ་སྐྱབས་བྲལ།  
གྲུས་བྲལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་སེམས་ལ་རེག་པའི་མ་ཁར་གྱུར།

མཁའ་ཁྲིང་གི་གཤོག་པ་ཐོགས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་སེམས་པ།

འཕྱར་སོང་།

མ་འོངས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ལ།

དུས་རབས་དང་ལས་དབང་གངས་འདབ་ལས་འཕྲད་པས།

སྒྲིང་གི་དང་ལྷ་སྒྲིང་སྒྲིང་པོ་མ་ཆིང་གངས་སུ་གྱེར།

ནམ་ཞིག་ལ་ ...

བྱང་ཐང་དུ་ལྷུང་བའི་ཁེར་རྒྱུང་གི་སྒྲིང་གསོན་པོ་དེ་ལ།

གནའ་བོའི་ཁྱུ་བྱུག་དང་དུས་རབས་ཀྱི་མགྲིན་པ་བརྒྱུད་སེམས་བཞིན།

སྒྲིང་ཆོག་དང་འགྱུར་བྱུགས་རེ་རེ་ལ་བྱུག་གི་ཐམ་ག་བསྒྲན་ཏེ།

ཞུ་ཆོག་གི་ཀི་བསྟོན་ནམ་མཁའ་འགོངས་ཙམ་སྐུལ་ན།

ཁྲིང་ངེས།

མ་འོངས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ལ།

# སྒྲིབ་དག་དམར་པོ། ཚེ་པ་གཉིས།

འདབ་དུག

སྒྲིབ་དག་དམར་པོ།

གོ་ལའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གི་གནའ་པོའི་མཁར་རྟིང་དམར་པོ།  
བསྐྱེད་ཀྱི་རས་ཡུག་དམར་པོའི་གདོང་ཁེབས་གཡོགས་དུས།  
དགེ་སྒྲིབ་དམར་འཛིངས་ཀྱི་རྒྱལ་པམ་བར་ན།  
རྒྱངས་བྲག་གི་རྒྱབས་སྒྲིབ་དམར་པོ་བྱེད་དུ་འཕྱོ།  
སྐར་ཚོམ་གྱི་འོག་ནས་འཕངས་བའི་མེ་མདའི་སྒྲིབ་སྐད།  
གར་རྒྱང་དང་མཉམ་དུ་གངས་མེའི་སྒྲིབ་ཁར་བརྟེན་པས།  
བསངས་དུད་ཀྱིས་གཡོགས་པའི་ལབ་ཅའི་མདུན་ན།  
གངས་མེའི་དབང་གོད་ཀྱི་རྒྱང་ན་དྲག་དུ་གཡོ་ཞིང་།  
ན་དམག་གི་མིག་སྒྲིབ་ཀྱི་ལུང་གི་བྲག་ཅར་བསྐྱེད།  
རྒྱ་འབྲས་ལ་དུང་བའི་ས་མཐོའི་ཆེ་སྒོག་  
མོ་མཐར་བཞུད་པའི་བྱང་བྱང་ལ་རེ་སྒྲིབ་ཤོར་བཞིན།  
རྒྱལ་ན་ཕྱིང་བའི་ཕུག་རོན་གྱི་གཤོག་སྐར་ན་བ་བསྐྱེད།  
རྒྱ་དུ་ཤོར་བའི་མི་ཡུལ་གྱི་ཡོ་རྒྱ་དམར་པོར།  
རྒྱུ་དང་བྲག་སྒྲིབ་ལས་བཙམས་པའི་གདས་རྒྱུད་ཀྱི་མཚུག་དུ།  
དབང་པོའི་སྒྲིབ་བྲག་གིས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིབ་དག་དམར་པོ་སྒྲི།  
གངས་མེའི་ལས་དབང་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཤོག་ཐང་དམར་པོ་བཤམས།



མཚོ་རྒྱལ་པོ། ལུག་རྩེ།

བྱ་ཤོད་ཀྱི་གསོག་ཅེ་རྩོན་པོ།  
 དྲག་དུ་སྒྲིམ་པའི་མཚོ་མའི་རྒྱལ་པོ་ཅེ་ན་དུས།  
 མཚོ་མཐར་འཁོར་བའི་གཡང་དཀར་གྱི་རྩི་བོས།  
 བསམ་གཞིགས་ཀྱི་ཨ་ལོང་མང་པོ་རྒྱལ་པོ་ཅེ་མོར་འཕངས།  
 དཔེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་ཐག་གིས་པོས།  
 མེ་ཚེ་དར་གྱུད་ཀྱི་ལམ་ཐག་འཇལ་བས།  
 བྱུང་འདས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་མཚམས་རེ་ན།  
 ལས་དབང་གི་མདུད་ཁ་གསལ་པའི་རྟོག་འཆར་གྱི་  
 རྒྱུགས་བམ་བསྐྱེད་མ་རེ།  
 རྒྱ་སྐར་གྱི་ཚོམ་ཆེན་རྒྱ་བའི་འོད་དྲགས་ནས་འཆར་དུས།  
 མེ་ཐབ་ཀྱི་མཐའ་ནས་འཕྱར་བའི་ “མཚོ་རྩོན་པོའི” རྒྱ་རྒྱ།  
 རྒྱར་ཡང་མཚོ་དྲགས་ཀྱི་ལུག་རྩེའི་སེམས་མགོར་འབྱུང་བས།  
 གདོད་མའི་རྩམ་ཤེས་ལ་བརྒྱས་པའི་ལྷ་རྒྱུད་མོད་པོ།  
 མཚོ་ངོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རིས་རི་བཞིན།  
 རྩི་པོའི་སྒོ་མཆིན་གྱི་ལྟེ་བ་བྱུག་ནས་གཡོ།  
 རྒྱར་ཐང་ན་བཞུར་བའི་ལུག་བྱུང་འབར་སྒྲས།  
 མཚོ་རྒྱལ་པོ་ཆགས་པའི་གཞིན་རྒྱུད་རྩམ་ཤེས་འབོད་དུས།  
 མཁའ་རྩ་འཕྱོ་བའི་རྒྱལ་པོ་དཀར་གྱི་ཐག་སྒྲ་ཁོ་ན།  
 དུས་རབས་ཉི་ལ་པོ་ཞིག་གི་སྒྲོ་དབངས་སུ་ཆོར།

༡༩༩༧ | ༩ | ༢༢ ལ། གསོག་སྐར་སྒྲོ་བ་རྒྱུད་ནས།





